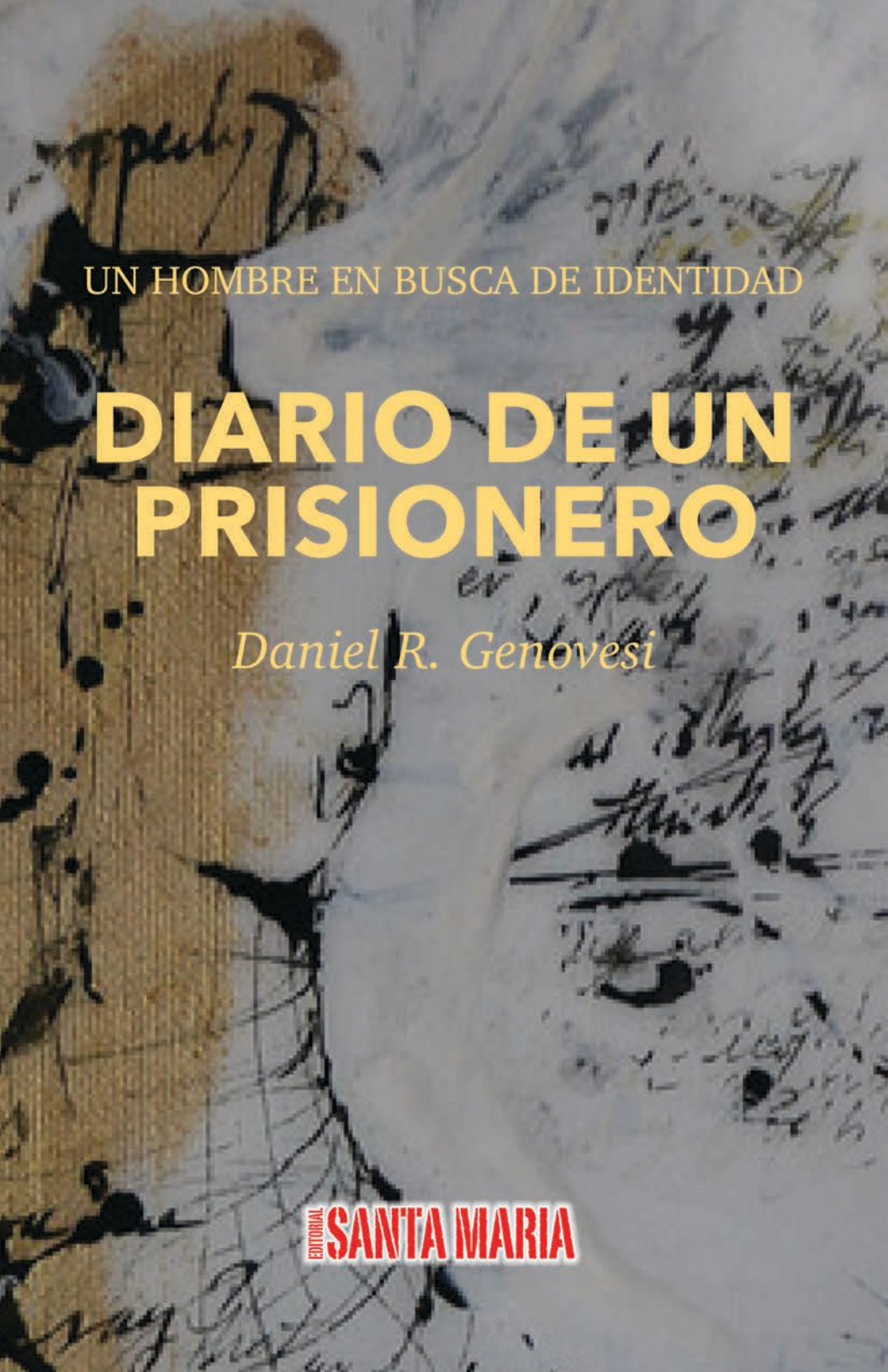
UN HOMBRE EN BUSCA DE IDENTIDAD

DIARIO DE UN PRISIONERO

Daniel R. Genovesi



EDITORIAL SANTA MARIA

UN HOMBRE EN BUSCA DE IDENTIDAD

DIARIO DE UN PRISIONERO

Daniel R. Genovesi

Ilustración de tapa:
María Carla Genovesi

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

DIARIO

1. Mi nombre es Juan.
2. Vivo en una prisión.
3. Recuerdo historias.
4. Mientras me sumerjo en las sombras.
5. En mi cuerpo se registra mi vida.
6. Mi alma me susurra en sueños.
7. Alguien me guía en mi laberinto interior.
8. Para enfrentar mis miedos, dudas y destino.
9. Abrazo el centro de la vida.
10. En una danza sin fin.

ACTIVIDADES

1. Una mirada transgeneracional.
2. La máscara y la herida que nos libera.
3. El mito personal y las fuerzas del propio interior.
4. El trabajo con la propia sombra.

5. Escuchando la voz del cuerpo.
6. Recibiendo el mensaje de los sueños.
7. Integrando los opuestos ánima/ánimus.
8. La cualidad del tiempo que vivimos.
9. En contacto con el sí mismo.
10. Vislumbrando el inconsciente colectivo.

CONCLUSIÓN

BIBLIOGRAFÍA

“Alma mía, ¿dónde estás? ¿Me oyes? Yo te hablo, yo te llamo, ¿estás allí? He regresado, estoy nuevamente aquí, he sacudido de mis pies el polvo de todas las comarcas, y vine hacía ti, estoy contigo, tras largos años de largo andar he vuelto a ti. He de contarte todo lo que he visto, vivido, bebido en mí. ¿O no quieres escuchar nada de todo aquello lleno de ruido de la vida y del mundo? Algo, sin embargo, tienes que saber: una cosa he aprendido, y es que hay que vivir esta vida. Esta vida es el camino, el camino largamente buscado hacia lo inasible, que nosotros llamamos divino.”

(C. G. Jung, El libro rojo, I,1 : El reencuentro con el alma.)

INTRODUCCIÓN

Él está allí y, donde muchos se desmoronarían, resurge.

La porción de mundo en el que está confinado no le pesa. Es más amplia que la prisión que lo acompañó a todos lados y que nunca detectó; es más benigna que la otra cárcel que lo llevó a ser quien fue; es más luminosa que el calabozo donde arrojó parte de su ser; y es más calma que la voz que gobernó el fluir de sus palabras. Sí, para él su cuerpo fue su prisión; su historia, su cárcel; sus represiones, su calabozo; y su obsesión, su dueño.

Juan, apodado el bautista, está confinado en las mazmorras del palacio de Herodes. Y ahora, el hombre que creía vivir libre en el desierto, deberá aprender a conquistar una nueva libertad en su cautiverio. Su mente y su corazón serán el lugar donde registre sus convicciones, preguntas, emociones y anhelos; ellos constituirán el diario que jamás escribirá y que, al mismo tiempo, existirá por siempre grabado en su propio ser. Este prisionero se transformará en un hombre en camino y entonces... ¿quién sabe qué verdad podría llegar a descubrir que afecte toda su vida?

El lugar donde comienza este diario de Juan es el lugar donde muchos de nosotros estamos: aislados del resto, encerrados en nuestras ilusiones y fantasías tras los barrotes de nuestras compulsiones y fijaciones, pobres en certezas y ricos en dudas.

Y así cómo él fue liberado por el advenimiento de Alguien al que supo reconocer mayor que él, también cada uno de nosotros puede cooperar en el surgimiento desde nuestro propio interior de una realidad que es más grande que nosotros mismos y que también nos ofrece redención en nuestro cautiverio.

En la base de estas reflexiones están presentes tanto los textos bíblicos que refieren a Juan como el proceso de individuación según la concepción de C. G. Jung.

En lo que respecta a las Escrituras, Juan aparece en los cuatro evangelios.

En Marcos es quien abre la narración y se convierte en el nexo entre los dos testamentos.

En Mateo Jesús mismo habla sobre su persona y ministerio.

En Lucas aparece conectado a Jesús desde su concepción y mantiene un diálogo desde la prisión.

En Juan es quien envía a Jesús a los primeros discípulos y se ve que su comunidad bautista continúa más allá de su muerte.

La característica común es que en todos aparece como aquél que bautiza a Jesús y ve descender al Espíritu sobre él. Posee también una gran vinculación con el Antiguo Testamento, tanto por su mensaje que se entronca con Isaías, como por su persona que se conecta con la de Elías.

En cuanto al proceso de individuación, según Jung, es el desarrollo completo del ser humano. Implica, inicialmente asumir los complejos autónomos: núcleos de imágenes y energías que están en el inconsciente y poseen una vida propia. Entre ellos destacan:

- La *sombra*: todo aquello que somos y que para ser aceptados en nuestro entorno hemos ocultado a los demás e incluso a nosotros mismos.
- La *máscara*: esa forma habitual de mostrarnos y con la que el yo tiende a identificarse.
- El *ánima*: en el varón es la personificación de todas las tendencias psicológicas femeninas en la psique, tales como vagos sentimientos y estados de humor, sospechas

proféticas, captación de lo irracional, capacidad para el amor personal, sensibilidad para la naturaleza y relación con el inconsciente.

- El *ánimus*: en la mujer puede personificar un espíritu emprendedor, atrevido, veraz y en su forma más elevada de profundidad espiritual.

Integrando la sombra y el ánima o ánimus (según el género de la persona) se prepara el camino para la manifestación de una unidad o yo superior, *sí mismo* o centro organizador: es la totalidad de la psique y el punto al que tiende el proceso de individuación.

Cada uno de los capítulos permite trabajar los temas que se abordan desde la psicología y la espiritualidad a través de una serie de actividades. Éstas son simples orientaciones que podrán ser recreadas desde las necesidades concretas de cada persona o grupo. Y los tópicos a desarrollar son tan amplios que el objetivo, lejos de pretender abarcarlos en su totalidad, es incentivar a cada uno a la propia profundización personal.

El camino hacia la identidad personal profunda y esencial es la búsqueda de la propia verdad personal. Es volver a confrontarnos con el desafío inscripto en el frontispicio de Delfos, *Conócete a ti mismo*, desde una actitud despojada de prejuicios que comienza su búsqueda diciéndose: "Yo solo sé que no sé nada". Así se abre el camino a una verdad que contiene una promesa de liberación vital.

La pregunta sobre la propia identidad nos lleva siempre un poco más allá de nuestra habitual orilla insular de ideas y costumbres y nos impulsa a adentrarnos en un mar donde un misterio resurge y lejos de evadirse nos abarca y abre a una nueva plenitud.

Este interrogante fue poética y dramáticamente planteado por Dietrich Bonhoeffer durante la segunda guerra mundial.

Este joven teólogo luterano fue encarcelado y condenado a la horca. En ese período de prisión escribió diversos textos, entre ellos este poema *"¿Quién soy yo"*. El mismo refleja una pregunta de muchos y el sentido de este trabajo.

"¿Quién soy? – Me preguntan a menudo –,
Que salgo de mi celda,
sereno, risueño y firme,
como un noble en su palacio.
¿Quién soy? – Me preguntan a menudo –,
Que hablo con los carceleros,
libre, amistosa y francamente,
como si mandase yo.
¿Quién soy? – Me preguntan también –
Que soporto los días de infortunio
con indiferencia, sonrisa y orgullo,
como alguien acostumbrado a vencer.

¿Soy realmente lo que otros afirman de mí?
¿O bien solo soy lo que yo mismo se de mí?

Intranquilo, ansioso, enfermo, cual pajarillo enjaulado,
pugnando por poder respirar, como si alguien
me oprimiese la garganta.
Hambriento de olores, de flores, de cantos de aves,
sediento de buenas palabras y de proximidad humana.
Temblando de cólera ante la arbitrariedad y el menor agravio,
agitado por la espera de grandes cosas,
impotente y temeroso por los amigos en la infinita lejanía.
Cansado y vacío para orar, pensar y crear,
agotado y dispuesto a despedirme de todo.

¿Quién soy? ¿Éste o aquel?
¿Seré hoy éste, mañana otro?

¿Seré los dos a la vez? Ante los hombres, un hipócrita,
y ante mí mismo, un despreciable y quejumbroso débil?
¿O bien, lo que aún queda en mi se asemeja al ejército batido
que se retira desordenado ante la victoria que creía segura?
¿Quién soy? Las preguntas solitarias se burlan de mí.
Sea quien sea, tú me conoces, soy tuyo, ¡oh, Dios!"

Hurlingham, 13 de febrero de 2017.

1. MI NOMBRE ES JUAN

Parecía un día común, uno más. Pero fue el último.

Los hombres venían en fila hacia mí como siempre. En el río, junto a mí, se inclinaban para que los bautizara. Uno tras otro.

Fue al mediodía cuando llegaron los guardias de Herodes. Creí que harían algún nuevo abuso de autoridad; el portar armas los envalentonaba. Pero esta vez el objetivo no fue amedrentarme. Tal vez ya habían descubierto que eso no era posible conmigo. ¿Amenazar con matar a quien vive en condiciones casi infrahumanas? ¡La condena es vivir, no morir!

Desde ese entonces estoy aquí en el palacio. En la celda a la que me confinó el tetrarca. Al inicio la encontré húmeda, maloliente y oscura. Imposibilitado de ver el sol, pronto perdí el registro del tiempo. ¡Ah, extraño el sol…! El último que vi y sentí fue el de sexta, el momento en que la plenitud comienza a declinar. ¿Extraño el sol…? ¡No! No es verdad. ¡Extrañaba! Ahora ya no. Con el paso de los días comencé a percibir todo de un modo diferente. ¿Cuánto he necesitado para adaptarme a esta condición? Estoy en el mismo lugar y en mi entorno nada ha cambiado. Sin embargo ya no me parece ni húmedo, ni maloliente, ni oscuro.

Si no cambió nada en mi entorno y ahora está todo bien… ¿Cambié yo?

Cuando fui parte de la comunidad esenia un anciano me confió que en su juventud se había propuesto reformar el mundo, que luego en la mitad de su vida se contentaba con cambiar a las personas que estaban a su alrededor y que ahora, ya en sus últimos días, se proponía transformase a sí

mismo. – No malgastes el tiempo como lo hice yo- me indicó-. Comienza la transformación en ti y no en los otros; inicia hoy y no mañana.

Es curioso que ese recuerdo surja en este momento. Los últimos años me dediqué a decirle a la gente que debía cambiar. Acaso este estar completamente aislado sea una voz del que me envió al desierto para que entre ahora en mi propio ser. ¿Y si hallo un desierto también allí? No me resultaría extraño; el desierto me es familiar.

¿Pero cómo entrar en mí? Los que me pedían que los bautizara, los sumergía en el Jordán.

Y yo… ¿cómo sumergirme en el río de la vida?

Creo que la puerta está frente a mí, a mí alcance. Como todos la tienen a su alcance. Como el agua del Jordán. Basta con querer acercarse.

Voy a comenzar sumergiéndome en donde surgí a la vida, en mis orígenes, en mi familia. Me parece que es el mejor lugar por donde iniciar el ingreso a mi propio ser. Al fin de cuentas, allí comencé a existir.

Soy hijo de Zacarías, el sacerdote de la casa de Abías. Y comencé a ser una leyenda desde antes de nacer. Mi padre, según me relató, estaba quemando incienso en el santuario cuando un ángel le anticipó mi nacimiento. Por la avanzada edad que tenían tanto él como mi madre, Isabel, dudó de que eso fuera posible y como castigo quedó temporariamente mudo. Es curioso que siendo un hombre religioso no tuviera fe, que no aceptara la posibilidad de que Dios quisiera hacer algo más allá de las previsiones humanas.

Yo, por el contrario, creo que he llevado una vida dedicada exclusivamente a la fe, como completando lo que no vivió mi padre. Para ser mas honesto con su memoria, con lo que solo en algunos momentos vivió: era afecto a los ritos que le daban seguridad; fuera de ellos su hogar parecía

ser la duda. A veces pienso que en algún rincón de su alma, una parte de él hubiera sido feliz sin vincularse al templo. De ser así pareciera que la forma en que yo he vivido mi vida ha sido la vida no vivida de mi padre.

Por cierto que estoy viviendo lo opuesto a lo que fue su historia. Por descendencia debía ejercer funciones sacerdotales. Y sin embargo me aparté de ello. A él se lo conoce por enmudecer y a mí por ser la voz. La gente me llama profeta. Yo no sabría qué decir de eso. Se que fui la voz que gritaba en el desierto... Pero ahora que no estoy en un desierto y que nadie me escucha... ¿Quién soy?

Dicen que mi nacimiento también tuvo su novedad. Algunos querían que me llamara como mi padre pero mi madre se opuso y propuso Juan. Más bien lo impuso; no hubo forma de hacerla cambiar de parecer. Los parientes discutían con ella argumentando que nadie en la familia tenía ese nombre, lo que implicaba una velada sospecha acerca de quién era hijo. El punto final lo dio mi padre al escribir en una pizarra: - Su nombre es Juan-. Su intervención fue suficiente. Y al darme el nombre recuperó la voz.

Ahora, en la distancia, comprendo que fue un acto de libertad: con ese nombre podía ser parte de algo nuevo, no tenía por qué atenerme a historias antiguas, a reglas o a formas de resolución de conflictos de otros. Si me hubieran llamado Job estaría destinado a ser el sufriente, si hubiera sido Noé, el trabajador que contiene a los demás, o si hubiera recibido el nombre de mi padre... ¡qué peso para el futuro! Le debo a mi madre esa libertad en potencia y a mi padre el permitirla.

La novedad del nombre fue también un punto de partida. Me pregunto si habré vivido su significado como misión: Dios es misericordioso. Cuando miro lo que he realizado y rememoro las cosas que proclamé me resulta difícil afirmar

que lo viví así. Me consuela pensar que tal vez el nombre me fue dado para que recuerde esta afirmación cada vez que soy interpelado por mi propia conciencia…

Sí, los nombres no son irrelevantes; marcan el destino, nos recuerdan la misión que tenemos en la vida.

También puedo recordar que entre el anuncio del ángel y mi circuncisión sucedieron cosas. Bien podría delimitar esa etapa desde que mi padre enmudeció hasta que recuperó el habla. Durante mi gestación no escuché su voz pero sí la de mi madre, mientras era tejido en lo íntimo de su tierra.

Ella vivió oculta cinco meses… ¿tendrá eso algo que ver con mi alejamiento de la gente, con ese gusto por los lugares desiertos?

Ella había vivido con vergüenza su esterilidad… ¿tendrá acaso esa emoción relación con mi ausencia de descendientes, con el haber elegido no casarme?

¿Y si eran suyos muchos de los sentimientos que tantas veces registré como míos…?

Desde la perspectiva de mi madre, ¡y en ese momento también era desde mi perspectiva!, fue el tiempo de la visita, del saludo, del estremecimiento y de la fe. En esos días mi tía Miriam la visitó. ¡Y mi madre repitió esta anécdota hasta el cansancio! Decía, tocando su cuerpo: - Tú te estremeciste cuándo ellos llegaron. ¡Saltaste de alegría en mi seno!

De niño me contaba historias que al crecer consideré exageraciones de madre… Y pese a que nunca pude comprobarlas, de grande he presenciado cosas que me llevaron a replantear mi opinión sobre sus creencias… ¡Porque en verdad ella creía lo que me contaba!

Todos esperaban mucho de mí. Mis padres, mis familiares… ¡hasta mis vecinos! Ain Karim era un pueblo como todos y todo se sabía; para bien y para mal. Cuando se desestima a alguien es una verdadera tragedia porque todos

valemos ante Dios. Pero cuando se sobre estima a alguien: ¿qué es eso? Yo viví con esas expectativas. Mi padre al circuncidarme proclamó delante de todos que yo sería el profeta del Señor que iría delante suyo a preparar sus caminos. ¿Qué hacer cuando tienes una misión que te excede?

Por años me planteé esa pregunta. Fue al irme de mi casa, al bendecirme mi padre, que obtuve inesperadamente de sus labios la respuesta: - Recuerda que toda misión excede al hombre y que solo puede llevarse adelante con la fuerza del Altísimo.

Para llegar a ser quien soy fui el hombre de fe anunciando al que había de venir. Sí, esa ha sido la característica de mi vida. Pero... ¿por qué dudo ahora?

En mi familia fui hijo único: consentido hasta donde mis padres podían hacerlo. Sin embargo no fui consentido como otros niños, que eran sobreprotegidos o malcriados por sus padres. Mi carácter siempre fue exigente y demandante pero no con cosas y placeres sino con mi estilo de vida. Hoy puedo mirarme a mí mismo y reconocer mis extravagancias y excentricidades. ¿En cuánto afectó a lo que hice...? No estoy en condiciones de juzgarme a mí mismo; no me haría bien en este momento.

Por ser hijo único no aprendí a dialogar o a tan siquiera a discutir reclamando y cediendo. Era mi palabra, mi perspectiva y mis leyes. Y si no era así... ¡estaba mal! La otra alternativa era las leyes de mis padres. Era lo mío o lo de ellos. No hubo lugar para un semejante

¡Quién sabe si hoy no estoy aquí, en esta cárcel, precisamente por todo lo que he comenzado a recordar! Pero si esto es así... es tan solo el inicio. Sé que hay más... ¡Mucho más! ¡Y quiero llegar hasta el fin!

Señor, Dios mío,
mi nombre es Juan
y quiero saber quién soy.
Sondéame y penetra en mi interior;
examíname y conoce lo que pienso;
observa si estoy en un camino falso
y llévame por el camino eterno.

2. VIVO EN UNA PRISIÓN

¡Cuántas veces lo que nos agobia es lo que nos sostiene! La tarea que repetimos todos los días revela parte de lo que somos y nos da identidad. Sólo que lo hace de un modo tan limitado... ¡Nuestros actos son meras sombras que no logran mostrar lo que realmente somos!

A mí ya comenzaban a apodarme *el bautista*. Era como los demás me veían y como yo me mostraba. Me situaba al lado de un río y todos los que venían hacia mí eran los que daban sentido a mi permanencia en ese lugar. Venían como piedras sucias y salían limpias. Y los que se quedaban un tiempo conmigo comenzaban a pulirse. Y eso les parecía muy bueno... pero yo sabía que no era suficiente. Yo estaba allí, lavando a cada uno... ¡porque esperaba poder encontrar uno que al lavarlo descubriera que no era una piedra sino un diamante!

Para la gente yo era el que bautizaba. Yo me hubiera llamado a mí mismo el que buscaba.

Ahora mi rutina es estar aquí encarcelado. ¿Qué es lo que hace que un lugar sea una cárcel? ¿Es suficiente con un cuarto cerrado y un prisionero? No, hace falta algo más. Alguien que haga real esta relación, un hombre ante el que sea un prisionero: el carcelero. Con su sola presencia me recuerda constantemente mi estado de cautiverio.

Lo que transforma un lugar en una cárcel no son las rejas ni los candados sino la relación que se establece entre esas dos personas, entre alguien que acepta ser el prisionero y otro el carcelero. Enfocado así existen, tanto en matrimonios, familias, trabajos y sinagogas, más cárceles de las que estaríamos dispuestos a admitir. ¡Y hasta habrá quien viva a Dios como su carcelero!

¿Podría decirse que cada uno recibe el carcelero que se merece? Pues debo de haber hecho algo muy malo entonces. O simplemente estoy siendo desafiado a ir más allá de mí mismo.

En mi caso tengo dos guardias: uno me trata con desprecio y burla y el otro con admiración y respeto. El primero es decididamente partidario de Herodes; el segundo fue bautizado por mí. Pese a que lo hacen de manera diferente, ambos me dañan; ninguno logra verme tal como soy sino según lo que necesitan ver.

Este es mi nuevo desierto, el lugar donde la roca descubre que no es inmutable. El trato alternado de mis carceleros me ha llevado a despojarme de mis falsas identidades. Se que no soy lo uno ni lo otro. Curiosamente el que me trata como un delincuente me hiere menos que el que me trata como un hombre santo.

En el desierto, el paso de un intenso calor a un frío extremo durante el mismo día hace que algo ocurra y que se revele que, tras la apariencia de solidez, la roca es tan solo un fino polvo que puede ser afectado hasta por una simple brisa. Estos dos hombres recrean el clima del desierto para mí y me ayudan a descubrir quién soy. ¡Cómo deseo poder ser afectado un día, como Elías, por el simple beso de la brisa...! ¿Llegaré un día a tener semejante experiencia?

Siempre me inspiró la historia de Elías, el gran profeta, hombre de carácter que poseía un espíritu en llamas. Hoy no me maravilla en sí el prodigio con el que asombró a tantos al hacer descender fuego desde el cielo ni la sangrienta victoria al degollar a los sacerdotes de Baal. Me alienta recordar a ese hombre frágil y temeroso huyendo de una mujer e internándose en el desierto camino al monte santo. Un hombre sólo comienza su transformación cuando es herido. Antes puede afectar a cientos de personas, hacer milagros o

revelar secretos indescifrables; sin embargo sigue siendo él mismo. Lo nuevo aparece tras la herida, en un lento proceso. Y es sólo a través de la herida que puede ver a Dios, como a través de una grieta. Entonces cuando lo ve... muere. Yo he experimentado esto...

La primera vez fue cuando ya hacía años que vivía en la comunidad de los esenios.

Recuerdo muy bien cuál fue mi herida y cómo fue mi muerte. Mi herida ocurrió en la comunidad: por apasionados que fueran en su camino de perfección, habían hecho de sus métodos un fin y no estaban dispuestos a mirar más allá de ello. Habían comenzado a generar sus tradiciones y a olvidarse que éstas debían nacer del encuentro con alguien más grande que todos ellos. Y en un momento comencé a ser como un extranjero, alguien extraño a sus costumbres. Las conocía pero no tenían sentido. Externamente podía replicar sus mismos pasos pero internamente percibía otra música. Y me marché al desierto porque allí ya no había lugar para mí.

Acaso el dolor de la partida me hizo más permeable para escuchar a Dios. No había nadie que me recordara quién era... ¡ni que aguardara algo de mí!

Fue como si los golpes de la vida hubieran aflojado una máscara que cubría el verdadero rosto. Entonces, desde algún rincón del alma se abrió paso una fuerza a través de una fisura imperceptible... ¡Y abrió una grieta!

Por allí escuché por primera vez, nítidamente, a Dios. Me envió a preparar los caminos para quien había de venir. En ese momento no sabía quién sería. Creí saberlo más tarde. Hoy tengo mis dudas...

¿Cuál fue mi muerte? Morí a mi vida encerrada en mí mismo, buscando mi propia perfección. Desapareció el esenio, el recluido en una comunidad de selectos y diferentes y surgió el que respondía a la misión, el que bautizaba porque buscaba.

Porque mi finalidad no era bautizar sino descubrir.

La segunda vez fue mucho tiempo después. Pareciera que Dios habla y luego calla. Y tienes que vivir con esa convicción. Si la revelación fue auténtica no se te olvida. Y si sigues creyendo en ella, te da ánimo. Mi madre decía que era feliz todo aquél que creía que se cumpliría en su vida lo que le había prometido el Señor. Porque toda palabra, promesa o visión siempre requiere que creas: que no la degrades a ilusión o autoengaño. Y que aguardes: porque la cumple Dios, no el hombre. Sin la prisa de Abraham, que engendró a Ismael cuando debía ser capaz de aguardar por Isaac.

Para ese tiempo la misión que había iniciado ya mostraba sus frutos: venía gente de todas partes y buscaban sinceramente el Reino de Dios. E incluso algunos de ellos comenzaron a vivir junto a mí. Les enseñe a bautizar y a orar; organizamos parte de la vida en común, casi parecía haber surgido la comunidad que siempre había deseado tener.

Y justamente fue ese medio el que propició la segunda herida. Yo era quien los lideraba; y al estar en esa tarea se comenzó a abrir otra fisura en mi ser. Acompañar rutinas, dirimir conflictos, escuchar una y otra vez disputas por las pequeñas cosas, descubrir que pronto al reino lo identificamos con nuestras propias causas…

Y esta nueva fisura engendró una grieta por la que volví a ver a Dios. Pero esta vez no fue sólo una voz; hubo también una imagen. Vi que el cielo se abría y que de allí bajaba, en forma como de paloma, el Espíritu Santo y se posaba para siempre en mi primo Jesús. Y una voz decía que él era su hijo muy amado y que se alegraba con él.

No tuve oportunidad de hablar acerca de lo que había generado en su interior esa experiencia, ya que casi de inmediato se retiró al desierto y cuando regresó yo había sido

encarcelado. Pero sí puedo registrar lo que generó en mí. Por una parte me alegró haber cumplido mi misión.

¡Había hallado al diamante! ¡Estuvo junto a mí toda mi vida! Había jugado y discutido con él como niño; era con quien había reído y hablado como un amigo. Al menos en ese momento lo creí así…

Ya había hallado y mostrado al que había de venir. Recuerdo haberle dicho a dos de mis discípulos que Jesús era el cordero de Dios que quitaba el pecado del mundo. Y ellos de inmediato se fueron con él.

Yo pensé que ese era el momento en que se restauraría Israel; que había llegado el tiempo en el que debía profundizar todo lo que había estado haciendo: los bautismos, el mensaje de conversión, la inminencia del juicio ¡con el filo del hacha ya listo a dar el golpe!, y el reproche a Herodes por su relación incestuosa con Herodías, ¡la mujer de su hermano!

Así, yo por mi lado, apoyando lo que él hiciera, y él desplegando todo su nuevo potencial, protegiéndonos mutuamente, seríamos los instrumentos de Dios para el surgimiento de un renovado y victorioso Israel.

Ver a Dios es morir. Es literal; solo que es de a poco. Cuando Dios se muestra no es para que uno siga haciendo exactamente lo mismo que estaba haciendo. Su aparición provoca un cambio. Y Él es el único que puede provocarlo. Y si uno no cambia, los acontecimientos te fuerzan a esa transformación. Lo que experimenté no era para que siguiera haciendo exactamente lo mismo sino justamente todo lo contrario: para que dejara de hacer lo antiguo y me abriera plenamente a lo nuevo. Porque debí haber muerto a lo anterior y renacer a una nueva dimensión de mi vida.

Yo no lo hice e intensifiqué mi crítica contra Herodes y Herodías. Me aferré a seguir siendo el profeta que anunciaba y denunciaba. Me había tomado mucho tiempo forjar mi máscara: coherencia, intransigencia, desprendimiento, sinceridad, abnegación, fe... Quise seguir siendo lo que era en vez de cambiar.

Admito que me equivoqué. Si yo debía mostrar al que había de venir y ya lo había hecho... ¿por qué no fui con mis discípulos a seguirlo a él? ¿Acaso me apegué más a ser el hombre al lado del río? No lo tengo en claro...

También me equivoqué al creer que mi primo hablaría de mí o retomaría mi discurso contra este poder de turno; me equivoqué conmigo y también con él. Pero ese es otro tema... ¡Y no menor por cierto!

De él he escuchado que tras su momento de inspiración en el bautismo fue tentado en el desierto. Es la ley del crecimiento del cielo; por regalado que sea desde arriba no se lo recibe sin un esfuerzo de conquista desde abajo: inspiración y tentación en forma consecutiva. Una te prepara y la otra te confirma.

Cada nueva visión y experiencia te lleva a una nueva tentación, más sutil, menos obvia. Creo que la más fina es cuando no sabes que eres tentado y, en su expresión máxima, ni siquiera tomas conciencia de que ya has sido vencido por ella. Es el caso del estudioso de la Ley que tiene su compasión adormecida, o del religioso que se autocomplace al orar consigo mismo, o del piadoso que queda absorto en sus prácticas rituales, o del fanático que descarga sus ansiedades atacando a otros, o del hombre que, nada más y nada menos, se cree un dios o su vocero directo.

He escuchado que él venció sus tentaciones en su tiempo de desierto. Yo, tras mi momento de participar en esa inspiración, no fui capaz de percibir cuál era la tentación con la que tenía que enfrentarme.

Ahora la veo. Y puedo despertar. Puedo dejar mis ilusiones, fantasías y proyectos para percibir lo que Él quiere hacer. Es tiempo de quitarme la máscara para saber quién soy en realidad; es momento de que deje de ser el carcelero de mí mismo y permita a lo aprisionado recuperar su libertad.

Vienen a mi mente el recuerdo de estas palabras de Isaías:
"Cuando el Señor
te haya dado el pan de la angustia
y el agua de la aflicción,
Aquél que te instruye no se ocultará más,
y verás a tu maestro con tus propios ojos.
Tus oídos oirán detrás de ti una palabra:
Este es el camino, síguelo,
aunque te hayas desviado
a la derecha o a la izquierda.".

Señor, creía que era una roca
y me descubrí que apenas soy polvo.
Te agradezco mis heridas,
que me han permitido conocerte.
Te agradezco por todas las fisuras
que han madurado en grietas
desde las que puedo ver algo más allá de mí.
Perdona mis falsas seguridades,
mi continua persistencia a aferrarme a mi máscara.
Diles al carcelero y al prisionero que moran en mí
que están libres de ese juego.
Libérame, Señor,
de la cárcel que he construido desde mi propio interior.

3. RECUERDO HISTORIAS

En este limitado espacio lo que parece infinito es el tiempo. Pero no me engaño. Sé que nada es para siempre. Aquí transcurren mis días y noches sin que pueda notar cuándo uno cede su lugar al que le sigue. Tan solo la llama de una lejana antorcha es mi continua y silente compañera.

Mi mente vaga sin rumbo. Fantaseo, divago, me ilusiono y me deprimo. Quisiera poder gobernar mis pensamientos pero apenas logro hacerlo. A veces me ayuda pensar qué haré cuando sea liberado. Otras imagino a mi primo organizando una protesta para pedir mi libertad. Pero ninguna me parece real... ¡Y no me ayuda formarme falsas expectativas!

Sin embargo, últimamente he comenzado a recordar historias que otros me contaron. ¿Por qué será? ¿Por qué vienen hasta mí? Tal vez sea porque necesito volver a apropiarme de cosas que he recibido. Hoy hay dos que vienen dos a mi mente, con mucha nitidez. Es como si estuviera frente al anciano que las narraba en la comunidad esenia.

Él nos contaba:

- Era aún joven cuando pasé por una aldea en la que a todos sus habitantes adultos les faltaba un ojo y una mano. La curiosidad pudo más que el temor y decidí averiguar qué había sucedido para que estuvieran todos en esa lamentable condición. Uno de ellos me explicó la causa de esto. Solo los mayores podían leer en público el texto sagrado. Y a partir de ese momento se obligaban a cumplir al pie de la letra lo que estaba consignado allí. Y me leyó uno de sus párrafos: *"Si tu ojo derecho es ocasión de pecado, arráncatelo. Porque si no te lleva al bien... ¿para qué lo quieres? Y si tu mano derecha*

está encadenada, córtala. Así, renunciando a lo que te esclaviza serás libre." Entonces yo decidí partir ese mismo día del poblado porque ya estaba próximo a entrar a la mayoría de edad…

Cuando le preguntamos dónde estaba esa aldea, él nos respondió: - Está adentro de cada uno de nosotros. Y cuídese cada uno a sí mismo de no habitar en ella. Porque cuando el sabio apunta al sol, el necio mira el dedo. Cuando recibas una ley descubre su sentido, porque la letra mata pero el espíritu da vida.

La otra historia también trata de una aldea.

Todos vivían en paz en la comarca. El bosque que la rodeaba era su protección natural y al mismo tiempo el lugar donde hallaban su sustento. Una mañana, la tranquilidad en la que vivían fue quebrada cuando uno de los pastores descubrió que su rebaño había sido diezmado por una bestia. Entre los hombres organizaron algunas emboscadas para cazarla. Pero lo único que lograron fue descubrir que la fiera era un león; y esto lo hicieron al precio de la vida de algunos de ellos.

Cómo no hallaban solución a su problema se les ocurrió contactar con un hombre santo que vivía en el desierto. De él se decía que podía hablar con los ángeles, dominar a los demonios y domesticar a los animales salvajes. Partieron en su búsqueda y cuando lo hallaron le plantearon su problema. Él accedió a ayudarlos. Fue con ellos hasta la aldea y luego se internó en el bosque. A medida que pasaban los días el optimismo general fue decayendo. Cuando apareció una semana después les dijo: - He estado con el león. Él hará lo que tiene que hacer. Ahora es importante que ustedes comprendan lo que solamente a ustedes les corresponde hacer-. Y les dio esta consigna: - Alimenten cada día a la bestia.

El hombre santo no dijo nada más y se marchó. Los pobladores quedaron desconcertados y en gran parte insatisfechos. Esperaban otra clase de solución; que el león hubiera muerto o bien que hubiera perdido su agresividad. Pero tras el asombro inicial, y no contando con alternativas valederas, decidieron llevar a la práctica la indicación que habían recibido. Y desde ese día, en cada atardecer ofrecían alimento a la bestia que merodeaba en el bosque.

Fue gracias a esa práctica que retornó la paz a la aldea.

Me pregunto para qué estoy recordando estas historias en este momento.

Tal vez la primera me advierte de que he estado mucho tiempo apegado a las reglas. Las que sirven y son muy útiles en un momento deben de ser omitidas o descartadas en otro.

También podría significar que cada texto se comprende según la comunidad que lo interpreta o según el entorno en el que se vive.

Incluso podría indicarme que aún estoy a tiempo de no perder mi ojo y mi mano si soy capaz de apartarme a tiempo de esa perspectiva.

Esto último me dice algo más. Uno de mis carceleros me pasa noticias del mundo exterior. Me cuenta cosas de Jesús. Me ha dicho que en algunas ocasiones ha hablado de mí… Me hace bien saber que no me ha olvidado… Y también me ha descripto cómo lo ven algunos, como un glotón y bebedor, amigo de los pecadores y recaudadores de impuestos… Cada vez me es más difícil hacer coincidir a Jesús con el mesías que esperaba. Pero si tan solo debiera de cambiar la forma en que yo interpreto la Ley y los Profetas… ¿Y si debiera aceptarlo como él es y no como yo quiero que sea?

Y la segunda me es más difícil de comprender aún.

¿Tendría que preguntarme qué es lo que habita en el bosque de mi propio interior? ¿Qué es aquello que he

olvidado de alimentar? ¿Cuál es la bestia que ha comenzado a diezmar mi propio mundo? ¿Encuentro cosas que actúan en mí y que no puedo controlar?

¿Por qué me irritaba tanto el comportamiento de ciertas de las personas? A algunos los he llamado raza de víboras…

¿O por qué me he ensañado tanto con la situación de Herodes y Herodías? Era algo que no podría refrenar en mí, era más fuerte que yo. Incluso hoy veo que si estoy en prisión no es por haber estado bautizando o por haber proclamado que el Espíritu Santo descendió sobre mi primo, sino por este impulso que no he logrado dominar.

Me pregunto cómo alimentar a la bestia que habita en mí…

Recuerdo que cierta vez pude observar unos leones en cautiverio. Lo curioso era que con los cachorros de león había un perro. La tarea de ese perro era educarlos en la forma de expresar su fuerza y agresividad de tal modo que no dañaran a los demás.

Debo hallar mis propios perros, mi nueva forma de expresar mis propias fuerzas interiores para que no me despedacen y para que no hieran a los que me rodean.

No se por qué recuerdo estas historias. Solo se que tienen que tener algún sentido para mí y para que las recuerde en este momento. Intuyo que algo hacen en mi corazón. Lo abren, lo amplían; como si me pusiera en contacto con algo más grande…

Señor y Dios mío,
en este tiempo sin días ni noches,
necesito que vuelvas a pronunciar tu Palabra
que ordene y renueve mi existencia,
que haga surgir la luz.
Cada vez que llego a mi fin, allí te encuentro a Ti.

Tú eres el sentido de todo lo que me acontece
aunque no pueda hallar cuál es ese sentido en cada momento.

Si aún estoy a tiempo de no perder mi ojo y mi mano,
ayúdame a buscar nuevas formas de comprender mi vida
y los acontecimientos que me rodean.
Si ya los he perdido,
obra el milagro de que recupere lo que tu me diste
para afrontar con plenitud cada momento de mi vida.

Ilumina el bosque que me rodea
y permíteme detectar las bestias que lo habitan.
Dame sabiduría para saber alimentarlas,
constancia para cuidarlas
y humildad para reconocerme atrofiado sin ellas.

Dios mío,
antes mi vestimenta fue la piel de un camello,
y mi hablar el rugido del león.
Concédeme, ahora, en este tiempo nuevo,
vestirme con mi propia piel
y renacer, como un niño;
como ese niño que disfruta
y se reanima serenamente
al escuchar historias.

4. MIENTRAS ME SUMERJO EN LAS SOMBRAS

El espacio donde estoy es apenas lóbrego; la mayor parte es oscuridad. De alguna manera este entorno se ha metido en mi propia piel. La luz de mi conciencia no es ni tan clara ni tan fuerte como cuando ingresé. Cuando me dejaron en el calabozo, uno de los guardias me gritó mientras me empujaba: - ¡Púdrete aquí!

Yo sólo me di vuelta y lo miré en silencio. Fue mi mejor respuesta. Me hacía sentir seguro y en control de la situación. Como cuando me habían ido a arrestar. Dos de ellos se acercaron hasta mí para obligarme a marchar con ellos. Yo, con altivez y para preservar a los míos de una posible confrontación, les respondí con voz potente: - ¡Avisen a ese hombre que vive preso en sus lujos que este hombre libre hoy va a visitarlo!

A los míos les dije que siguieran con lo que estábamos haciendo, que yo iba a hacer lo que ya era hora que hiciera. Y partí con los guardias.

En ese momento yo era algo sólido, estable. Pero algo sucedió en todo este tiempo. No ha sido tanto la monotonía la que ha minado mi espíritu. Soy un hombre acostumbrado a la soledad; ella me fortalece. Es más bien la desilusión: cuando esperas que otros respondan por ti, te defiendan, intenten hacer algo... Y cuando la expectativa de una pronta liberación pasa, lentamente llega la desesperanza. Sí, hoy la luz de mi conciencia es apenas un pábilo que busca mantenerse encendido. ¡Y la oscuridad no es sólo lo que me rodea sino lo que emerge de mí mismo...!

Ahora todo comienza a ser más difuso. Experimento cosas diferentes. Anoche me sucedió algo extraño. Estaba acostado en las sombras. Para dormirme me estiré por completo, si bien cada vez que me despierto estoy en la posición de un niño en el vientre de su madre. El sueño vino, como siempre. Sólo que me despertó un ruido que me pareció que provenía de la puerta de mi celda. Pensé que era el cambio de guardia y no le concedí mayor atención. Sin embargo, en un estado de semivigilia, percibí algo...

Creí sentir que alguien estaba acostado detrás de mí. Fue como una intuición. Pero a esa primera impresión se sumó el olor de un fino perfume. Las sensaciones eran incompatibles. Me dije a mí mismo, alertándome:

- En este mundo limitado y lúgubre no hay lugar para la distinción y el lujo-.

Lo asombroso fue que detrás de mí una voz susurró: - Pues yo estoy en este mundo limitado y lúgubre. ¿Y qué vas a hacer conmigo?

Me di vuelta y me senté para incorporarme. Estaba alarmado por la inesperada presencia que respondió a mis pensamientos. - ¿Y tú quién eres?- pregunté.

- ¿Te serviría acaso si te diera algún nombre?- su voz no sonaba irónica ni sarcástica. Y prosiguió: - ¿Cómo prefieres llamarme?

- No puedo ver tu rostro en la oscuridad. Eres tan solo una sombra...- repliqué.

- Es verdad, Juan. Soy una sombra y dices bien al llamarme así. Puedes llamarme Herodes, si prefieres...-. En ese momento comprendí por qué había percibido la fragancia del perfume. Pero quedé perplejo cuando continuó diciendo: - También puedes llamarme Caifás, si lo deseas...

A esa altura no tenía en claro si estaba despierto o estaba soñando. Sólo atiné a preguntarle: - ¿Qué es lo que quieres?

- Que me aceptes.

En mi interior aparecieron sentimientos y emociones que creía tener olvidados. Y parecieron apropiarse de mis labios:

- ¡¿Cómo puedo aceptar tu vida?! Si eres Herodes eres un hombre, casi afeminado, que solo sabe de blandura y ternura, que busca estar bien vestido… ¡Y que va por la vida sin tomar en serio las exigencias de la ley, dejando que sus instintos gobiernen sus decisiones!-. Mientras hablaba había comenzado a exasperarme. Algo se había encendido dentro de mí y no lograba manejarlo. Proseguí:

- Y si eres Caifás… ¿crees que no te conozco, que no sé lo que haces? Eres capaz de matar a un inocente por salvaguardar tu cargo, pides que la gente haga ritos sin necesidad de cambiar el corazón, prefieres la seguridad y los diezmos del templo a la búsqueda de la voluntad de Dios. ¡Enseñas una cosa y haces otra!-. Ya no podía contenerme. Mi ira estaba encendida. Le grité con todas mis fuerzas:

- ¡No puedo aceptarte, seas uno u otro!

- Juan, soy tu sombra, soy una parte de ti mismo - en su voz había calma, casi comprensión y dolor. Y me aclaró: - Soy lo que rechazas. Y lo rechazas con la misma fuerza con la que atacas y condenas en los demás lo que no puedes aceptar en ti.

- No, no puedo aceptarte… ¡Aunque tenga que perder una parte de mí mismo!- yo a estaba convencido de que no se podía pactar con el mal.

- Juan, si te ayuda a aceptarme, puedes imaginar que soy el león, la bestia que habita en tu interior y a la cual debes de alimentar para que no te destroce…

- ¡Eso no sucederá…! –la firmeza de mi voz no estaba en consonancia con mis íntimos pensamientos.

Él también lo tenía en claro y me desarmó con sus amables palabras: - Pues ya está sucediendo. ¿Has podido controlar tus ataques a Herodes? Mira a lo que te condujo. No te justifiques diciendo que era lo que Dios quería. ¿Acaso

tu primo Jesús se alineó en eso contigo...?- hizo un pausa como para que sopesara su pregunta.

Luego prosiguió: - Si hubieras aceptado el desafío de la complementación ¿acaso no habrías sido capaz de comprender las dificultades que trae esta fuerza interior cuando no se niega?

Y también agregó algo que no pude eludir: - ¡Y pretendes que es Caifás quien dice lo que no hace! Y cuando tú les dices a tus discípulos que allí va el cordero de Dios que quita el pecado del mundo, y ellos van... ¿por qué tú no vas con ellos?

No supe qué responder. ¿Y si tuviera razón? Hice pie internamente al pensar que yo tenía otra misión. Y desde allí traté de frenar sus preguntas, que sólo parecían confundirme más, con una clara acusación: - ¡Tú eres una tentación para mí!

- No, Juan, tú eres la tentación para ti mismo. Yo soy la oportunidad para que conozcas quién eres en realidad y para que puedas ser tú plenamente.

Hubo silencio por un momento; no fue ni molesto ni angustiante. Puedo decir que sentí que estaba vivo, que nada era trivial o innecesario. Como si un hombre que habiendo estado dormido acabara de despertar y no supiera dónde está ni qué debe hacer... pero que tiene la certeza de que está bien estar aquí y ahora.

Entonces el extraño visitante añadió: - Es bueno que un hombre como tú, acostumbrado a tener palabras para todos, calle. Y es mucho mejor que dentro tuyo comience a delinearse con más fuerza la duda. Duda, Juan. Porque quien cree sin dudar es un loco o un fanático. La fe sólo crece cuando atraviesa dudas.

En ese momento estiré mi mano para tocarlo. Necesitaba saber quién era ese intruso que se atrevía decirme semejantes cosas. Mi brazo cruzó por el vacío.

- ¿Cómo atraparás a una sombra, Juan? ¿Cómo podrás separarte de ella?- fueron las últimas palabras que me dijo antes de desaparecer. Al inicio me sonaron a una amenaza. Ahora comienzan a saberme a promesa.

Luego me costó conciliar el sueño; finalmente la fatiga me venció. Esto sucedió hace unos días. Aún no he podido aclarar si lo que me sucedió fue un sueño o sucedió en realidad. Me inclino por lo primero... Si bien tengo presente que los sueños muchas veces han sido un lugar en donde la voz de Dios se ha manifestado de forma muy clara.

Inicialmente pensé que esto podía ser una tentación. ¿Y si fuera la respuesta a mi pedido al Señor de que sondee en mi interior? ¿Y si debiera aprender a vivir con mi sombra?

Señor y Dios mío,
vivo en medio de la oscuridad
y se que para Ti esto es plena luz.
También sé que hay oscuridad en mi interior
y que esto también es claro para Ti.
Te pido que cuando atraviese este oscuro valle
en el que está mi propia sombra,
me enseñes a no negar ni reprimir
ninguna de las fuerzas que has puesto en mí.
Ayúdame a que no llame malo
a nada de lo que me has dado
y concédeme hallar el camino
para integrar todo lo que soy.
Dios mío,
mientras me sumerjo en las sombras,
si me olvido de Ti
Tú no te olvides de mí.

5. EN MI CUERPO SE REGISTRA MI VIDA

Hace días que estoy sin poder hablar. Tengo la garganta cerrada, ¡cómo si tuviera algo atragantado! Apenas puedo emitir algún sonido... No es un problema para mí. Pero hubiera preferido no poder escuchar... porque así no tendría que atender al carcelero que me habla de Jesús. Simplemente me habla de él; de los comentarios que corren de boca en boca. Y, lamentablemente, lo que me refiere conmueve todo mi ser, golpea dentro de mí recordando una amarga herida en mi alma... ¡qué intento sanar y no logro!

Cada vez que menciona algo referido a mi primo, me pone más en duda acerca de lo que creí que había sido el sentido de mi vida: preparar el camino para aquél que había de venir. Me ha contado que sus discípulos no ayunan... ¡y él tampoco! Incluso lo describen como un glotón y bebedor, amigo de los pecadores y publicanos... ¡Francamente no me esperaba esto!

Mi afonía es completa. ¿Es mi cuerpo el que limita a mi alma o es ella la que lo limita a él? Por mucho tiempo imaginé que éramos un soplo aprisionado en barro y que toda la vida consistía en liberarnos de las ataduras que nos imponía esa tierra. Así me esforzaba en dominar mi cuerpo como quien doma a un potro o como el amo pone bajo el yugo al buey... o incluso como quien trata a palos a un asno. Ese tiempo fue una lucha constante y verdaderamente despiadada.

Ahora se me ocurre concebir mi cuerpo como el reflejo de mi alma. Tengo piernas porque poseo una voluntad que

desea caminar, ojos a causa de mi deseo de ver y manos por mi intención de tomar las cosas. Y todo lo que sucede en mi cuerpo me habla de mí. Si lo miro desde esa perspectiva mi cuerpo no es una prisión sino la expresión de mi alma. Y cuando lo pienso así, muchas cosas que me han sucedido cobran sentido.

Por ejemplo, recuerdo cuando siendo niño mi padre me pidió que lo acompañase a peregrinar a Jerusalén. Yo no deseaba ir pero no se lo dije. La tarde previa a la partida, mientras jugaba, me lesioné el pie derecho. No recuerdo haberlo hecho intencionalmente... pero mi cuerpo expresó que yo no deseaba avanzar con mi padre en esa dirección. Zacarías me dijo: - ¡Qué mala suerte, Juan! Ahora no podrás venir conmigo al templo-. Pero tal vez no haya sino ni buena ni mala suerte. No había que buscar la razón en algo exterior a mí...

Acaso el cuerpo exprese los sentimientos más ocultos del alma.

En mi cuerpo está la marca de mi consagración a Dios, la que hicieron mis padres al octavo día de mi nacimiento.

Mi piel curtida podría hablar de la forma rústica y a menudo áspera con la que me he vinculado con los demás.

Mi cuerpo delgado y mis huesos marcados pueden expresar mi sentido de justicia, de tan solo tomar lo que me corresponde. ¡Y a veces menos aún!

Y seguramente mi rostro... ¡el que no observo desde mi tiempo en prisión!, reflejaría sin rodeos cómo estoy ahora interiormente.

A los que se acercaban al Jordán para verme bautizar, me bastaba ver la postura de su cuerpo para detectar la actitud con la que venían. Los soberbios llegaban con la cabeza alta e

inclinada un poco hacia atrás. Los agobiados por las culpas estaban un poco inclinados hacia adelante.

En eso Jesús me impresionó por su connatural equilibrio: ni altivo ni abrumado, erguido y de mirada directa. ¿El impacto de su personalidad me confundió como para que creyera que él era a quien yo aguardaba? No. Yo experimenté otra cosa también…

Si miro desde esta perspectiva mi afección actual, la afonía, debiera preguntarme qué es lo que no quiero decir, lo que no me atrevo a decir. ¿Desde cuándo estoy así? ¿Qué sucedió en ese momento?

Podría excusarme hablando de la humedad de mi celda… pero sería evadir la causa interna.

Sé muy bien cuándo inició esto: cuando ya no podía contener mis dudas y mis críticas hacia mi primo… ¡Y sin embargo tampoco podía expresarlas! Siempre le he sido leal: era ¡y sigue siendo! una cuestión de familia, de hombría y de fe. Pero ahora todo lo que está sucediendo me conmueve hasta lo más hondo. Tengo temor de haberme equivocado acerca de lo que yo consideraba la misión de mi vida…Y me he sentido golpeado en mi interior por su olvido de mí… Yo hubiera sido capaz de dar la vida por él. ¡¿Cuántos de sus nuevos discípulos serían capaces de eso?! Veamos quiénes de ellos se atreverán a defenderlo cuando lleguen los tiempos difíciles… ¡Y esos tiempos siempre llegan…!

Tal vez creo que me diferencio de mi padre y sin embargo apenas soy una versión levemente diferente a él. Al igual que Zacarías, cuando dudo, me quedo sin poder hablar… ¿Pesará siempre sobre nosotros la voz del ángel?

¡No! Me niego a ser así. Yo fui llamado la voz fue porque no me callaba nada. Y seguiré siendo fiel a mi estilo.

De todas formas, le concederé a Jesús el beneficio de la duda. Si él estuviera frente a mí seguramente las cosas serían distintas; podríamos entendernos mejor. Captaríamos los tonos de voz, los gestos, las expresiones del rostro que dicen más que mil palabras juntas... Sí, ya sé lo que voy a hacer. Le pediré al guardia que dos de mis discípulos vayan a ver personalmente a Jesús. Es necesario que sean dos, para que al regreso no queden dudas sobre lo que narren. Y simplemente deberán formularle esta pregunta: - ¿Eres tú el que ha de venir o debemos esperar a otro?-. Sí, esa pregunta está muy bien y es suficiente. No lo estoy juzgando y al mismo tiempo tampoco niego las dudas que se han generado en mi interior.

¡Es curioso! Es como si el reconocer mi emoción oculta y el solo hecho de querer expresarla me hubiera ya aliviado la garganta. Puedo sentir el impulso y la mejoría para hablar.

Señor,
con el habla que he recuperado
quiero volver a dirigir mi pensamiento
y mis palabras a Ti.
Mientras callaba se consumían mis huesos.
Al no reconocer la voz de mis emociones,
ha sido mi cuerpo quien ha comenzado a hablar
expresando lo que yo me había negado a expresar.

Concédeme la lucidez de descubrir
qué revela mi cuerpo acerca de mi alma.
Ya no quiero negar su mensaje:
quiero aprender de cada dolor,
enfermedad y sensación.
Que pueda escuchar
a este silente compañero
que sin hablar ni decir una sola palabra,

sin que llegue a escucharse una voz,
extiende su mensaje urgiendo mi atención.

Señor, abre mis labios
y mi boca proclamará tu alabanza.
Dios mío, ábreme plenamente a mi alma
para que ella se manifieste en mi cuerpo en plenitud.

6. MI ALMA ME SUSURRA EN SUEÑOS

Hoy quiero hablar contigo. Necesito contarte mis cosas. No se si puedes escucharme. Tampoco se si lo que llegue a balbucear podrá llegar a ser comprensible. Pero me arriesgo a hablarte. Se que en algún lado estás y que mi mensaje te llegará en algún momento. Porque en este mundo de transformaciones continuas, quien tiene sed es un testimonio de un manantial que existe en algún lugar.

Me siento solo… y necesito de ti. ¿Dónde estás?

Hoy he despertado agitado, inquieto, a causa del sueño que tuve anoche. ¿Debería de darle especial importancia a un sueño? No lo sé…

Si hago memoria, encuentro que a Jacob se le reveló Dios por primera vez en sueños. Vio una escalera que desde la tierra tocaba el cielo y por ella iban y venían los ángeles. Cuando despertó estuvo tan asombrado que llamó a ese lugar Casa de Dios y Puerta del Cielo.

También su hijo tuvo sueños. José soñó que once estrellas, el sol y la luna se inclinaban ante él. Y así ocurrió al final de su vida cuando toda su familia fue a Egipto, en donde él era el primero al frente de la administración del país. Los sueños anticiparon su camino. Y además su capacidad de interpretar los sueños que otros habían soñado, lo liberó de la prisión y le dio un norte a su vida.

Estando encarcelado interpretó los sueños de dos de sus compañeros. Al panadero del faraón le auguró su inminente sentencia de muerte y al copero del rey su pronta liberación. Y cuando el faraón necesitó que le interpretaran su sueño, él

pudo hacerlo; comprendió que las siete vacas gordas que habían sido devoradas por siete vacas flacas anticipaban que a siete años de abundancia le seguirían otros tanto de escasez. Y su plan para obrar tomando en cuenta este porvenir le valió su nueva familia, un valioso trabajo e hizo posible la salvación de todo su pueblo.

Y es imposible que me olvide, en esta línea de personajes, de Daniel, llamado el hombre de las predilecciones de Dios. Deportado en Babilonia pudo interpretar lo que significaban los sueños que se le presentaban... ¡Incluso el desafío mayor fue tener que adivinar qué era lo que había soñado el rey! ¡Y lo hizo! Con el sueño de la estatua de dimensiones colosales cuya cabeza comenzaba con oro y cuyos pies eran de barro, y que era destruida por una piedra que impactaba en la base, le auguró el declinar del imperio con los futuros reyes. Con otro sueño, el del árbol inmenso que era desmembrado, interpretó la potencial caída en la locura si el monarca se ensoberbecía.

¿Será que los sueños contienen un mensaje en clave para cada uno de nosotros? Jacob, José y Daniel... ¡Ah, si estuvieran aquí para interpretar mi sueño! Ellos podrían decirme si es locura este deseo de hablar contigo.

Esto fue lo que soñé anoche.

Estoy en mi prisión, iluminado apenas por el lejano resplandor de una antorcha. Sentado en un rincón y apoyado contra la pared, noto que al querer incorporarme no puedo hacerlo.

Miro mis pies y mis manos y descubro que tienen el mismo color y textura que el piso. Y veo con angustia y dolor que todo mi cuerpo por completo se transforma para unirse a los muros del lugar. Por un momento me siento muy rígido y atrapado pero luego percibo que toda la edificación me pertenece y que yo estoy a su mando. Y la habitación se transforma en una torre, cada vez más amplia y al mismo

tiempo más alta. La base crece tanto que bien podría ocupar la superficie de todo mi pueblo natal. La altura es tal que algunas nubes la tocan. Esta edificación remata, como toda torre, con una velada forma de corona. Me siento poderoso como un amo y al mismo tiempo encerrado como un esclavo. Lo que me parecía prodigioso ahora comienzo a experimentarlo como una nueva y más sólida prisión de la cual no puedo, o no quiero, escapar.

Cuando todo parece sin salida, cae de lo alto un fuego que da de lleno en la torre destruyendo su falsa corona. Cuando veo venir la llama me inunda un profundo terror. Sin embargo, al romperse la magnífica estructura me siento liberado. Y desde esa altura caigo. Y caigo como si ese trayecto no tuviera fin. Descubro que en la caída no estoy solo; otro cae conmigo. No sé quién es. Lleva vestidos de palacio y veo que me sonríe. Por ese instante olvido que estoy cayendo. Y cuando dejo de mirarlo comprendo que al estrellarme contra el suelo será mi fin...

¡El choque es durísimo mas sobrevivo...! Quedo tendido sobre la hierba. No tengo fuerzas para levantarme y permanezco como aturdido por un tiempo hasta que alguien se acerca y me dice: - Ponte de pie.

Lo hago fortalecido por esa voz y al incorporarme veo que quien me habló es Elías, el profeta. Entonces le pregunto: - ¿Tú me liberaste enviando ese fuego del cielo?

- No, Juan-, me responde- yo soy tu guía. Quien te liberará es ella.

Y al decir esto veo ante mí a Salomé, la hija de Herodías. No nos miramos como a dos extraños; nos vemos como a dos fragmentos de una misma unidad. Somos totalmente diferentes y radicalmente necesarios el uno al otro para ser completos. Percibo una mutua admiración que se entremezcla con un deseo ardiente de unirme a ella con todo mi ser.

Ambos damos un paso que deja atrás todas las distancias.

Entonces todo se transforma: en lo alto, desde donde apareció el fuego, ahora se divisa una estrella que impulsa y orienta. El paisaje es naturaleza en desarrollo en donde una mujer grávida vierte dos jarras de agua en un torrente que nutre a un árbol en la distancia.

Me pregunto dónde estoy yo ahora… ¿Y si por ventura soy el niño por nacer…?

Y entonces despierto. El sentimiento que me embargó al inicio fue de plenitud. Pero cuando lo comparé con mi situación actual la soledad me abrumó. ¡Para qué soñar con la plenitud si uno vive en la carencia! ¿Son acaso esos breves momentos nocturnos los que compensan toda la vida?

Estoy desorientado. Y necesitado de ayuda.
Por eso hoy quiero hablar contigo.
No sé si puedes escucharme.
Hoy me siento solo y necesito de ti.
¿Dónde estás, Elías? ¡Muéstrame a Salomé!

7. ALGUIEN ME GUÍA EN MI LABERINTO INTERIOR

No puedo afirmar que Elías respondió a mi pregunta… pero tampoco podría decir que la ha dejado de lado. Asombrosamente este pequeño recinto se ha transformado en un punto de encuentro entre cielo y tierra, entre pasado y presente… Y más no me atrevo a decir. Fue algo extraño… pero me pareció bueno.

Necesito rememorar lo que me ha sucedió tras ese pedido.

Luego de proferir mi desgarradora pregunta -¿Dónde estás, Elías?- fue como si con el transcurso del tiempo me hubiera llegado la respuesta.

Miré mis viejas vestimentas, mis únicas pertenencias… Cuando me arrestaron no tuvieron nada que quitarme ya que nada poseía. Apenas lo que me cubría y que aún sigue estando conmigo: mi vestimenta de pelo de camello y mi cinturón de cuero.

Siempre había pensado que yo había elegido usar ese cinturón. Esta arrogancia inicial duró por mucho tiempo en mí. Muchas otras cosas he presupuesto que eran provocadas por mí; por ejemplo que los pensamientos que vienen a mi cabeza dependen totalmente de mi voluntad. Sin embargo noto que hay sólo una parte de ellos en la que estoy a cargo, y hasta un cierto punto. Porque luego mi mente se puebla de imágenes que yo no he convocado…

Mi celda me ha hecho más humilde. Hoy soy más consciente de que las cosas que llegan a mí no dependen de mi exclusiva intención: por ejemplo la comida que me brindan -¡que nadie la llamaría así si no hubiera estado

acostumbrado a comer langostas como yo!-, los que inesperada y furtivamente me ofrecen su visitas -¡hasta Herodes ha pasado a verme!-, o bien los roedores que deambulan por la oscuridad -¡y que ya se me figuran un animal doméstico con el que puedo hablar!-. ¿Qué descubriría si por un momento concibiera lo que está a mí alrededor no como lo que elegí sino como lo que me fue dado...? ¿Qué mensaje hallaría para mí?

Pues eso fue lo que me pasó al mirar el cinto que llevo desde que la gente me apodó "el que bautiza". El cinto no me habló sólo de mi rebeldía de no querer tener una insignia sacerdotal en el pecho; me transmitió con callada voz que era mi vínculo con Elías. Sí, el cinto que yo uso es lo mismo que usaba el profeta.

Si me observo un poco puedo ver que, en parte, mi temperamento es como el suyo. Él hacía caer fuego del cielo; yo soy capaz de ver el fuego inextinguible que les corresponde a los que no son el trigo de Dios. Y si bien yo usaba el agua para bautizar, mi Dios, como yo lo veo, bautizará con fuego.

Mi primo Jesús, cuando le conté mi admiración por este profeta, se comenzó a sonreír. Yo le pregunté por qué lo hacía y él simplemente me dijo que yo era Elías. En ese momento lo tomé como una broma, una simple ocurrencia. No le otorgué más trascendencia. En ese momento yo era tan solo un joven que se rebelaba ante las leyes paternas y él era un aprendiz del oficio de su padre. Hoy ya no deshecho su comentario. Creo que realmente tengo una conexión con la historia de este profeta.

Solo que si estoy conectado con él, si de alguna manera pudiera decir que soy su "doble", entonces tengo que resolver las cuestiones que él no resolvió en su vida.

Y si fuera así... ¿qué puede haber quedado sin resolver en la misión de este gran hombre?

Acaso sea ese el inconveniente de las grandes figuras… es tal el resplandor que traen a su época con sus palabras y acciones que los confundimos con la luz misma. La luz no es la antorcha; yo no soy la luz… ¿Quién podría tener la audacia de decir que él mismo es la luz? Sólo un loco o Dios mismo…

Tal vez es justamente este momento de mi vida el que mejor me une a su historia, el momento de la soledad y la duda. No tengo nadie a mi alrededor y me pregunto si los pasos que he dado han sido los correctos, si no me he excedido o precipitado en mis acciones…Hoy me encuentro perdido en este nuevo desierto; un laberinto de paredes invisibles que cambia a cada momento, con cada soplo del viento. ¡Con esa ligereza mutan mis emociones, pensamientos y certezas!

Palpando mi cinturón cierro mis ojos e imagino a Elías en su momento de abatimiento. Lo veo caminando rumbo al monte Horeb, fatigado y fragmentado. Se sienta y se queda allí; como para abandonarse, como para desistir. Allí, en ese momento, en esa situación es donde yo debo retomar su historia. Yo también me siento como lo imagino a él. Y trato de reproducir su estado interno. No me es difícil; a un árbol caído no le es extraña la desazón. Pero sucede algo inesperado. En mi celda, que ahora es el desierto, me pongo de pie en su lugar y comienzo a hablarle imaginariamente:

- Es hora de que dejes de huir. ¿A qué le temes?

Desde algún lugar me surge esta respuesta: - A la mujer que me persigue.

- ¿Has degollado a cientos de hombres y le temes a una mujer?

- Es más fácil la crueldad que la ternura- me responde.

- Yo te ayudaré a regresar. Te mostraré el camino- y le propongo: - Vuelve sobre tus pasos-.

Al decirlo me doy media vuelta y comienzo a dar pasos minúsculos puesto que mi celda es estrecha. Sin embargo estoy atravesando un extenso desierto hasta que diviso la ciudad.

- ¿Sabes quién está allí?- le pregunto.

- Ella.

- ¿Crees que podrás enfrentarla ahora?

- Puedo amarla- me responde-. Ingresemos al palacio.

Su respuesta en parte me sorprende pero su propuesta me parece lo más importante y juntos ingresamos al palacio. Al llegar ante las puertas de la cámara real él se adelanta para abrirlas e indicarme:

- Adelante.

Yo replico: - Eres tú quien debe dar el paso.

- Yo ya lo he dado, Juan - y con un tono que me infunde un renovado ánimo me dice: - ¡Sé fuerte, ten valor; se hombre! Este es tu camino, el que te saca del laberinto del desierto. No has sido tú mi guía sino yo el tuyo- quedo perplejo por un instante y esta vacilación se disuelve con una simple indicación: - Ahora cumple tu destino.

Ingreso a la habitación para encontrar a Jezabel, la antigua perseguidora de Elías. En su lugar está Herodías, la mujer que me hizo encerrar. Entre ella y yo hay una espada.

- ¿Qué has venido a hacer?- pregunta ella despectivamente y eso exacerba mi arrogancia.

Tomo el arma y me aproximo tanto que apenas nos separa la espada que sostengo a la altura de nuestras gargantas. No sé en qué punto se ha hecho tan real todo que hasta puedo sentir su respiración en mi rostro.

Ella no parece inmutarse y me desafía: - Si no me matas ahora, Juan, yo sí te mataré a ti

Todo está listo. Es la gran oportunidad. La tentación es grande y ceder es fácil. Casi parecería una batalla por Dios… ¿Lo sería realmente?

Entonces le respondo: - He venido a amarte. Veo en ti a una hija de Dios. No quiero cambiarte y tampoco puedes herirme.

Al decirlo bajo la espada a un costado. Herodías desaparece y en su lugar se halla Salomé. Elías resurge a su derecha y vuelve a dirigirme la palabra.

- En el pasado yo huí, fui evasivo ante la mujer, y tú atacaste, fuiste agresivo con ella. Sin embargo, ahora has podido hallar un lugar diferente que te permite seguir creciendo a una nueva realidad. Estás maduro.

Entonces Salomé se acerca hasta mí y hace que sostenga en mi mano un hilo muy fino que se desprende de sus vestimentas. Luego comienza una danza en torno a mí mientras el delgado hilo muy lentamente la va descubriendo. Su coreografía la lleva hasta una puerta hacia el extremo oriente de la habitación. Observo el piso y allí se ha formado con el hilo la secuencia de un intrincado laberinto. Cuando vuelvo a dirigir mi vista hacia ella, veo que semidesnuda y danzando abre la puerta y desde allí se irradia una luz como nunca antes había contemplado. La intensidad del resplandor es tal que para resguardar mi vista me veo obligado a abrir los ojos.

Y allí me encuentro nuevamente en mi celda.

¿Qué puedo decir respecto a lo que le pedí a Elías? Creo que es tiempo de callar y decantar. Increíblemente pareciera que mi cuerpo, mi consciencia, mi alma, son un horizonte donde se besan cielo y tierra, una posada donde se encuentran viajeros de ayer y de hoy… ¡Al menos eso es lo que he vivenciado!

Por ahora no puedo más. Siento que necesito descansar.

En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.
Tú, el Dios leal, me librarás.

8. PARA ENFRENTAR MIS MIEDOS, DUDAS Y DESTINO.

¿Cuál es el valor del tiempo? ¿Acaso puede pesarse para saber su calidad? Distinguimos día y noche, otoño y primavera… ¿pero más allá de las estaciones, cómo saber cuál es el tiempo personal? Sé que hay un tiempo para nacer y otro para morir, un tiempo para plantar y un tiempo para cosechar, un tiempo para intentar y otro para desistir… ¿Cómo lo reconocemos? No lo sé…

Hace poco regresaron los mensajeros que envié a Jesús. Debo admitir que al verlos algo se conmocionó en mi interior. Y más aún cuando exclamaron: - ¡Juan, lo logramos! ¡Estuvimos con Jesús y le hablamos de ti! Le planteamos tu pregunta: "¿Eres tú el que ha de venir o debemos esperar a otro?"

La pregunta que les había encomendado formularle era genuina, procedía de una rara mezcla de duda con apenas una pizca de esperanza. Si mi primo hubiera estado posicionado en el orgullo, tendría que haberse ofendido… Ese comportamiento ya me hubiera proporcionado una respuesta de por sí.

Sin embargo, su reacción fue completamente diferente. Uno de ellos me dijo:

- Tras escucharnos, desvió un instante la mirada. No demostró vacilación. Tan solo me pareció que sintió una verdadera compasión por ti. Iba a respondernos cuando en ese momento se acercaron personas con muchas dolencias, incluso con espíritus malignos.

El otro agregó:- No es sencillo estar a solas con él cuando se muestra en público. La gente lo busca, tiene una atracción muy especial. ¡Y obra verdaderos milagros en ellos!

- Estuvo mucho tiempo atendiéndolos –prosiguió el primero-. No obstante, cuando se marcharon volvió de inmediato al punto en el que se había detenido nuestro diálogo. Nos dijo: "- Vayan y díganle a Juan que los ciegos ven, los cojos andan, los que tienen lepra son sanados, los sordos oyen y los muertos resucitan y a los pobres se les anuncian las buenas nuevas. ¡Y dichoso aquél que no tropieza a causa mía!

- Tras su respuesta nos despedimos y emprendimos el regreso para estar contigo lo antes posible…

- ¡Eso fue todo!-agregó de inmediato el otro, casi superponiendo sus palabras con las de su compañero.

El mensaje que había recibido era típico de Jesús. Siempre esperaba que su interlocutor aceptara pensar por sí mismo, que pusiera en juego su imaginación. No enseñaba frases que sólo debían repetirse; sus afirmaciones necesitaban que te involucraras con ellas para descubrir lo que significaban. Parecía tener un don para ofrecer a cada uno el desafío necesario para captar toda su atención.

Sabía que ahora me correspondía a mí lidiar con esa tarea; era mi lucha y su regalo para mí. Les agradecí a mis dos discípulos lo que habían hecho por mí. Los iba a despedir pronto porque lo exigía la calidad furtiva de nuestro encuentro, que había sido posible por la bondad audaz del carcelero. Mientras lo hacía noté en la mirada de uno de ellos una sombra de turbación.

- ¿Qué te sucede?- le pregunté. Me miró y luego buscó la mirada de su compañero. El otro le hizo un gesto de asentimiento. Y entonces me contó lo que le había sucedido luego de partir.

- Volví sobre mis pasos para despedirme de un familiar que había encontrado allí. Al hacerlo escuché algo de lo que Jesús enseñaba. Estaba hablando de ti. Dijo que de entre todos los nacidos de mujer, no hay ninguno que sea más grande que tú...- y guardó silencio.

- ¿Y crees que eso puede acaso envanecerme? ¿Qué es lo que te pesa de ello?

- Lo que continuó diciendo...- agregó-. Que, sin embargo, el más pequeño en el reino de los cielos es más grande que tú...-. Y nuevamente guardó silencio.

Sólo atiné a responderle: - ¿Y crees que eso podría herirme? No te preocupes-. Y le recomendé a ambos: - Vuelvan pronto a sus hogares. Todo lo que me han dicho ha sido de bendición para mí- Y los despedí.

David no venció a Goliat con palabras; los reyes tienen ejércitos para defenderse y atacar... ¡Pero cuánto poder contiene cada palabra! Pueden derribarnos o elevarnos; herirnos o sanarnos. Tendré que recibir las palabras de Jesús sin haberlas escuchado directamente. La retransmisión hace que pierda la entonación, la mirada, los gestos que las acompañan.

Cuando no puedo contar con nada de eso, lo que me resta es colocar las palabras en la esencia de quien las dijo y tensarlas con la intención que llevan.

Lo que puedo afirmar sin lugar a dudas es que Jesús es bueno y sus palabras para mí y sobre mí encierran una buena intención.

Me habló como yo puedo comprenderlo: con hechos y símbolos. Si es capaz de resucitar a los muertos, restaurar cualquier dolencia... es a quien estábamos esperando. Es el hombre nuevo y definitivo. El cumple lo anunciado por los profetas.

Sólo que no es como lo esperaba. Es tierno y compasivo con los pecadores; no se preocupa por cambiar a los demás o

por corregir sus defectos. Habla de su Padre, el que está en los cielos y del que todos somos hermanos… ese es su mensaje. Su mensaje es verdaderamente una roca de tropiezo para mi mente, para mi yo. Pero tal vez… ¡El obstáculo soy yo mismo! Es mi forma preconcebida de ver el mundo, a los demás ¡y a Dios mismo! lo que me impide ver lo que realmente está aconteciendo.

¡Tantas veces hablé de que venía detrás de mí alguien más grande que yo! Y ahora que ha llegado quiero que sea de mi estatura… Sí, ha llegado la hora, es un nuevo tiempo. Uno en el que mi pequeño yo se abra a Alguien superior para poder renacer desde allí a una identidad, a una mente y a un corazón más grande, a una forma de ser que aún no logro esbozar…

Me he preguntado, a menudo, por qué Jesús no habló acerca de mi situación y no hizo nada para sacarme de esta mazmorra. Me ha dolido mucho esta omisión suya… ¡Acaso más de la cuenta! Pero hoy comprendo que no habría tenido sentido sacarme de aquí. ¿Por cuánto tiempo se está saciado antes de volver a tener apetito? Jesús sabía muy bien que si volvía a estar en libertad… pronto volvería a estar en la cárcel. No iba a cambiar mi mentalidad, iba a seguir reprochando a Herodes tener por mujer a Herodías…

Sólo tras haberme roto casi por completo es que ahora puedo comenzar a ver todo de un modo diferente. Y desde este lugar no es necesario que nadie luche por mí; y tampoco es necesario que yo luche contra otros. Curiosamente ha sido en la prisión que he reconquistado una nueva libertad.

Me halaga que Jesús me llame el más grande de todos los nacidos de mujer… Me cuesta imaginarme más grande que Elías o Isaías o tantos otros… Pero voy a aceptar sus palabras tal como las dice. Para mi bien. Si son buenas, ¡también encierran verdad!

También las otras. Que soy más pequeño que el más pequeño en el reino de los cielos. Si son verdad, ¡también tienen que ser buenas! Sí, son las únicas palabras que expresa Jesús: verdades que hacen bien. Tal vez saben amargas al inicio, pero sé que me harán bien en algún lugar de mi alma.

Si él es a quien esperábamos, yo ya lo he anunciado y por lo tanto he cumplido mi destino. No tengo más dudas, no albergo más miedos, me despojo de todos mis juicios y partidismos.

Este es su tiempo. Es necesario que yo disminuya y que él crezca. No sé cómo reconocemos la esencia del tiempo que transcurrimos... ¡pero lo hacemos! No sé cómo pero sé reconocer que para mí ha llegado el invierno, es mi tiempo de morir. Y Jesús me ha dado una paz que ningún otro me hubiera podido dar. ¿Qué más puedo pedir para mí?

Señor, vuelvo mi corazón a Ti,
antes de que se rompa el cordón de plata
y se quiebre la vasija de oro,
y se estrelle el cántaro contra la fuente
y se haga pedazos la polea del pozo.
Y cuando vuelva este polvo
al polvo silente de la tierra,
tal como fue antes,
recibe mi espíritu que volverá a Ti.
Recibe a este pequeño hombre que disminuye
y haz crecer al Hombre dentro de mí.

9. ABRAZO EL CENTRO DE LA VIDA.

Si hoy fuera el último día mi vida… ¿Qué es lo que elegiría hacer? Si tuviera tan solo la chance de hablar con una sola persona… ¿Con quién me encontraría? Con la ilusión del mañana solemos posponer indefinidamente lo que necesita ser plasmado hoy. Palabras que expresan agradecimiento, que otorgan o reclaman perdón, que confirman una vida. Gestos de ternura, de comprensión y entrega. Miradas que acogen, animan y bendicen. Simples omisiones que sellan destinos…

Cuando es incierto contemplar el próximo amanecer… el instante que vives se transforma en algo tan único y definitivo que parece tomar un carácter de eternidad. Si el tiempo es el único lugar para ganar la batalla, ¿qué es lo que haré cuando no lo tenga más? Pero aún tengo tiempo: éste, mi ahora.

Al situarme en el presente han desaparecido tristezas y temores, las primeras responden al pasado y los últimos al porvenir. No obstante, hay algo nuevo, algo diferente en mí. No lo veo pero lo percibo. Me da confianza, me anima, todo parece estar bien. Desde allí puedo volver a preguntarme qué elegiría hacer, con quién me encontraría. Sólo que ahora elijo sin angustia, sin compulsión; simplemente por un deseo sereno.

Yo elegiría buscar a Jesús. Si es que eso es posible. Me refiero a que tal vez sea sólo una manera de verlo. Para mí lo más obvio es que el sol sale todas las mañanas por el extremo oriente y se pone en occidente. Pero uno de nuestros maestros decía que era a la inversa: que la luminaria estaba

quieta y éramos nosotros los que rotábamos en torno a ella y que un tal Aristarco de Samos ya había enseñado eso. Si este maestro, que admito que nos parecía algo extravagante con sus teorías, estuviera acertado en esto… la percepción común no siempre nos permite llegar rápidamente a la verdad.

Puede que con Jesús sea así también. Yo creo que lo busco y lo elijo… pero en realidad es él quien me busca y elige. ¡Mi propia historia, la que innumerables veces narró mi madre, confirma esta manera de verlo!

Jesús vino a mí cuando aún ambos estábamos siendo gestados en nuestras madres.

Él se acercó a mí cuando pidió ser bautizado. ¿Acaso para que pudiera ver cómo descendía el Espíritu? ¿Fue una atención hacia mí? Ahora creo que sí.

Él se acerco por donde yo estaba para que pudiera seguir en contacto. Para que la obra que había iniciado tomara otra plenitud en su camino; para que el poco de agua que pasaba por mis manos llegara al océano.

A menudo repetí a los míos y a los visitantes que en medio nuestro habitaba alguien a quien no conocíamos… El que era más grande que yo. El que es más grande que todos los hombres del mundo. ¡Y estaba junto a mí…!

Tal vez desde allí puedo entender las comparaciones que Jesús ha hecho conmigo: al llamarme el más grande de los antiguos, y el más pequeño que los pequeños del Reino. El punto de comparación no somos unos con otros sino cada uno con Jesús: ¿quiénes somos en relación a Él? Curiosamente ahora que me refiero a mi primo lo percibo con otro peso. Casi ya no me atrevo a seguir llamándolo por mi relación familiar. Es como si eso nuevo en mí me llevara a reconocer algo mucho más grande en Él. Empleando las palabras de mi padre, puedo verlo como al sol que nace de lo alto.

Sí, hoy, aquí, elijo buscar a Jesús, hablar con Él. Y sé, tengo la certeza, que Él elige buscarme y hablar conmigo. Las palabras no se pierden; el Cielo guarda cada una de ellas. Los hombres no somos los artífices de nuestros sentimientos; nos llegan imprevistamente. Tampoco somos responsables plenamente de nuestras acciones... ¡es tan poco lo que podemos hacer! Sin embargo tenemos plena posesión de nuestras palabras. Seremos juzgados por cada una de ellas; porque es lo que podemos producir y se encuentran bajo nuestro poder.

Ahora que mi espíritu busca decididamente a Jesús, me parece casi innecesario que mis discípulos hayan tenido que ir hacia Él para hacerle preguntas. ¡Qué diferente es ver la vida desde la confianza! Cuando se disipa la niebla de la duda y se atraviesan los miedos surge un mundo completamente nuevo: el mundo en el que Él habita.

Y pronuncio su nombre: - Jesús.

El sólo hacerlo crea un mundo de encuentro, una presencia que está, que siempre estuvo... sólo que ahora la percibo de alguna forma.

Y me adviene un silencio en el que sin ver ni sentir nada todo lo necesario está dicho y revelado. Por increíble que me parezca, siento como si junto a Él hubiera recorrido todos los mundos y todas las edades, yo siempre preparando y Él siempre salvando. Como si lo que ocurre en un instante ocurriera en todos los tiempos; como si el misterio de redención se hallara en la más pequeña y en la más inmensa estructura del universo.

Aquí y ahora con Jesús; todo está bien. Esta celda es mi mejor lugar. Este padecimiento es el necesario. No hay ninguna injusticia; no tengo ningún reclamo. Era necesario que olvide todo para vivir mi vida; es necesario que recuerde todo para saber quien soy. Es el tiempo de la entrega, se acerca el momento de mi liberación. Es el tiempo en el que el

esclavo será liberado: este ciego podrá ver la luz, este sordo escuchará la voz que lo llama por su nombre, y este inválido comenzará a andar.

La puerta de la prisión se abre. Quien ingresa tiene una espada en la mano. No se ve brutal ni compasivo; es un hombre que tiene un oficio al que ya está habituado. No sé quién es, pero la persona que llega es la persona correcta.

Me hace caminar hasta un recinto próximo donde se realizan las ejecuciones. Alguien está allí aguardando. Me indica que me arrodille y que coloque mi cuello sobre un tronco ya manchado con la sangre de otros. Lo hago y cierro mis ojos. Lo que sucede es la única cosa que podría haber sucedido.

Se que estoy por lanzar mi último aliento. Soy dueño de expresar mis últimas palabras, las que nadie escuchará, las que serán conocidas el día del juicio que nos alcanzará a todos. Las que aún débilmente proclamadas manifestarán su poder creador. Y las digo. La voz que denunciaba y anunciaba en el desierto ahora es la voz que agradece y se entrega en las mazmorras del palacio. Todo ha llegado a su tiempo. ¿Ya comenzará a bajar la espada? En cualquier momento que comience es el momento correcto.

Siento el golpe contundente. Voy a morir. Ya no es posible proferir ninguna otra palabra. Apenas puedo registrar el golpe en mi cabeza al caer en la cesta. Yo muero. Cuando algo termina, termina.

Todo está cumplido. Ahora observo desde arriba la escena. Mi ejecutor se marcha y un sirviente recoge mi cabeza para entregarla en una bandeja de plata a Salomé. No sé como, pero puedo observar y escuchar todo. Pero no me interesan sus palabras. Sólo me acerco a Herodes, Herodías y Salomé y les digo que los perdono, que no me deben nada,

que para mí han sido un brazo de la providencia para que continúe mi camino y cumpla definitivamente mi misión...

Y pienso en mis discípulos y al hacerlo estoy en un instante al lado de ellos. Y percibo el pesar por mi situación y su determinación a continuar avanzando. Su actitud me reconforta y en silencio me despido de ellos. ¡Verdaderamente nadie parte en soledad; siempre puede despedirse de quienes ama!

Y recuerdo a Jesús. Y al hacerlo lo busco. Y allí está Él, el hombre que es más que un hombre. Verdaderamente es el sol que nace de lo alto, la Luz que ilumina a todo hombre. Fulgurante en medio de la oscuridad. ¿Cómo es que no pude percibirlo antes así? ¡¿Tan grande es la ceguera en la que todos hemos caído?! Él ha apartado un tiempo especial, se ha alejado de los suyos porque sabe que he muerto. Pero no lo hace por dolor; lo hace para estar conmigo, para recibirme, para orientarme.

He muerto y no lo sé todo. Sigo siendo una criatura. Necesito ser guiado en este nuevo camino. Nada es como imaginé. No podría casi describirlo. Lo único que sé es que quiero ver a Jesús y Él está allí. Como lo sentí, como lo necesito, como Él prometió: aquí está. Sé que ha convocado muertos a la vida, porque eso era lo que el Cielo quería. ¿Qué hará conmigo? Lo mejor para mí; lo que su Padre quiere. Él me abraza y al responderle abrazo el centro de la vida. Y me inunda con un amor incondicional y una luz cálida y clara. De repente puedo ver toda mi vida en cada acontecimiento cotidiano hasta en los detalles más pequeños. La indisoluble unidad de luz y amor hacen que no sucumba ante el peso de mis desvíos y faltas. Y su abrazo también me impulsa hacia un nuevo lugar. En mi ser vibra la palabra con la se dirigió a mí al verme: - Amigo.

Soy el amigo del novio. Y al igual que en la tierra, voy a aguardarlo también allí.

Viví el último día en el mundo; comienzo el primero, único y eterno, que jamás podré narrar en el centro de la Vida, aquí y ahora, en todas partes y en todos los tiempos.

Gracias, Señor, por hacer de este hombre prisionero un amigo tuyo que vive en libertad.

10. EN UNA DANZA SIN FIN.

El prisionero ha sido ejecutado. La mujer que pidió su cabeza cumplió el deseo de su madre; el hombre que lo concedió respondió a las consecuencias de su pasión. Sin embargo… ¿Cómo acallar a un profeta, cómo matar al espíritu, como detener el clamor de la sangre?

Sus discípulos dan sepultura a su cuerpo. La tierra lo recibe y se alimenta de él. El polvo que le confió por un breve tiempo ha sido altamente enriquecido. Sus ayunos y oraciones, su servicio y su contemplación, han pagado ampliamente el préstamo otorgado. Y la tierra recibe materna y curiosa, ansiosa y benigna lo que allí está atesorado en cada célula.

Es el hombre que ha visto al Espíritu descender como una paloma sobre el Hijo mientras escuchaba la voz del Padre. Nadie, desde el primer hombre se había aproximado tanto al Edén, a lo que la tierra fue y ahora puede recordar. Y le resuena a ella como el preámbulo de algo mucho más grande que está por venir. De una promesa de transformación que bien podría caer en el olvido si no fuera por los continuos dolores de parto que también ella sufre.

La tierra acuna porque sabe que en sus entrañas un día se engendrará al Hombre. Y sólo podrá reconocerlo cuando lo reciba, cuando ya no habite sobre ella; sólo entonces descubrirá al que estaba en medio de ella y sin que lo pudiera reconocer. Acaso por esta esperanza soporta con paciencia todos los atropellos y mutilaciones que recibe.

Su espíritu ha sido imposible de apresar. No pertenece a un lugar. Juan es Elías, que había de volver. Y cada mártir

por la verdad es Juan, que retorna inexorablemente a dónde una voz ha de ser levantada mientras se aguarda redención. También se hace escuchar especialmente en cada corazón penitente que eleva su oración al cielo; es el hombre que expía por todos, el despojado que se priva en exceso por los excesos de los suyos, el que renuncia a honores y dignidades, un hombre, de esos pocos hombres, de los cuales el mundo nunca fue digno. Donde la religión degenera en simple rito vacío y hábito confortable, allí está su mensaje volviendo a inquietar la conciencia, despertándola a lo vital e impredecible, a la conversión y a la entrega. Donde el grupo se hace encierro: allí está él indicando que hay algo más allá de sus costumbres y tradiciones. En cada búsqueda interior, donde el hombre se engaña en una ilusión de perfección, en donde cada acción exalta un monumento al yo: allí Juan es humildad viva clamando que uno no es la luz, ni el mesías y que es necesario que el propio yo disminuya para que Jesús crezca.

Y su alma, imagen y semejanza de Dios, conmocionada por la presencia de su Señor, antes de que se gestara plenamente su cuerpo y de que tomara forma su espíritu, se expande, anima y enciende de tal forma para llevar adelante la acción crucial de su misión. El amigo del novio está en el preámbulo de la gran fiesta, cada preparativo está con él: con su vida y prédica dispone corazones, busca rebajar montes y enderezar caminos. La fiesta es para todos y todos deben poder llegar. Él señaló al mundo quien era el Cordero del Dios; él estará en sus bodas.

Juan, su vida, sus palabras, su historia, todo se hunde en el inmenso inconsciente colectivo y emerge en sueños, símbolos, actitudes y sentimientos.

Algo de Juan resucita en un canciller, Tomás, quien muere por advertir a un rey, ahora llamado Enrique, de su conducta ilegítima con su esposa.

Su pasión y fuerza resuena desde un capitolio arengando a una multitud alentando a la unidad entre negros y blancos.

Un eco de su voz recuerda que Jesús es verbo y no sustantivo.

En cada situación donde una persona se mantiene fiel a sus principios, o donde sostiene una fe más allá de sus dudas, o es capaz de hacerse más pequeña por genuina humildad, allí es una manifestación del precursor que prepara la llegada de Alguien más grande.

Artistas lo retratan, escritores recrean su historia, dramaturgos y cineastas lo representan, catedrales llevan su nombre, cientos de personas lo toman por guía, multitudes lo encuentran al abrir cada evangelio.

¿Cómo callar a un profeta? Si su voz les parecía un trueno ensordecedor… ¡al liberar su espíritu amplificaron su mensaje! Si su comportamiento les era insufrible… ¿qué hallarán cuando lo que sembraron en la tierra fructifique?

Juan,
el bebé bendecido desde su gestación,
el precursor del Sol que nace de lo alto,
el hombre que se alimentaba de langostas y miel,
la voz en el desierto,
el que bautizaba,
el último de los profetas,
el que disminuyó para que otro crezca,
el que señaló al que todos esperaban,
quien entregó su cuerpo a la tierra,
su espíritu al universo y su alma a Dios,
es el amigo del Novio.
Y ahora está en las bodas del Cordero.

En la fiesta eterna. Y allí danza.

En una danza sin fin en la tierra, en las estrellas y en el Cielo.

ACTIVIDADES

1. MI NOMBRE ES JUAN

UNA MIRADA TRANSGENERACIONAL.

¿Quién soy yo? Si al buscar la propia identidad comenzamos por esta simple pregunta, una respuesta inmediata es decir nuestro nombre y apellido. Los nombres -con sus significados propios- y los apellidos -generalmente referidos a una profesión, lugar o característica personal- nos remiten a una realidad más amplia y profunda de la que no siempre somos conscientes. Nos ofrecen una coordenada vital que nos inserta en una trama genealógica que la cultura de hoy, con su acento en el presente y la inmediatez, no percibe con nitidez.

Al respecto, un texto autobiográfico de Jung que aparece en su obra "Recuerdos, sueños, pensamientos", nos señala: "Cuando trabajaba en el cuadro genealógico comprendí claramente la curiosa vinculación del destino que me une a los antepasados. Tengo la viva impresión de que estoy bajo la influencia de cosas o interrogantes que quedaron sin respuesta para mis padres y abuelos. Muchas veces me pareció que en mi familia existía un *karma* impersonal que se transmitía de padres a hijos. Me lo pareció siempre, como si hubiera de dar respuestas a cuestiones que se les dieron a mis antepasados, sin que ellos pudieran responderlas, o como si debiera terminar o proseguir cosas que el pasado dejó inconclusas." [1] Esta intuición de Jung fue desarrollada por el análisis transgeneracional.

---

[1] C.G. Jung, *Sueños, memorias, pensamientos*, Seix Barral, Chile, 2009, p. 276.

En los evangelios aparecen dos genealogías de Jesús. En Mateo se remonta hasta Abraham y en Lucas hasta Adán. Es en el evangelio de Juan donde el autor desde el inicio deja en claro que Jesús tiene su origen en Dios y desde Él todos los hombres pueden acceder a una identidad más plena: aquellos que "no nacieron de la sangre, ni por obra de la carne, ni de voluntad del hombre sino que fueron engendrados por Dios". (Jn 1,13)

Toda historia humana, todo árbol genealógico, se inserta en una historia más amplia –la historia de salvación- y en una génesis más profunda –el deseo divino-. Ambas perspectivas están unidas como destino y gracia, en ese escenario donde puede accionar la libertad de cada ser humano. Por citar un ejemplo, Abram aparece respondiendo a una iniciativa de gracia divina en el inicio del capítulo doce del Génesis: es llamado a ir a Canaán, la nueva tierra. Y basta con leer los dos versículos que le preceden para encontrar lo siguiente: "Téraj reunió a su hijo Abrám, a su nieto Lot, hijo de Harán, y a su nuera Sarai, la esposa de su hijo Abrám, y salieron todos juntos de Ur de los caldeos para dirigirse a Canaán. Pero cuando llegaron a Jarán se establecieron allí. Téraj vivió doscientos cinco años y murió en Jarán." Una expresión clara de cómo, en la perspectiva de Jung, "los hijos viven la vida no vivida de los padres"

1. DIBUJANDO EL PROPIO ÁRBOL GENEALÓGICO.

Diagrama tu propio árbol genealógico comenzando desde tu línea generacional -donde estás ubicado tú y tus hermanos si tienes; ordénalos de mayor a menor de izquierda a derecha-. Luego sube y ubica a tus padres. Y traza una línea sobre ellos para ubicarlos en su propia generación y en el lugar que le corresponde entre sus hermanos. Y continúa ascendiendo así hasta llegar a tus bisabuelos.

Luego coloca en cada lugar el nombre, la actividad o profesión, fecha de nacimiento, fecha de muerte y enfermedades.

2. BUSCANDO AL DOBLE.

En el análisis transgeneracional se considera que eres doble de aquellas personas de tu árbol con las cuales has coincidido en nombre y/o fecha. Busca ahora las personas que:

tienen tu mismo nombre (a excepción de María por su amplia difusión)

coinciden con tu fecha (día y mes) de nacimiento o de concepción (agrega tres meses a tu nacimiento y generalmente la obtendrás) en alguna de sus fechas (ya sea de nacimiento, muerte o concepción). Puedes considerar +- 10 días en relación a cada fecha.

Cuando se detecta al o a los dobles, uno debe preguntarse cuál es el conflicto que ha afrontado y dejado sin resolver esta persona. Y allí se hallará un conflicto que uno mismo, como parte de la tarea colectiva del árbol, tiene que resolver.

¿Cómo eran esas personas, qué conflictos a nivel carácter, profesión, familia, etc., dejaron pendientes de resolver?

¿Cómo ves en ti estas mismas situaciones? ¿Qué respuestas de resolución puedes dar a tus propias situaciones para no repetir los destinos de otros?

3. CONTACTANDO LOS ORÍGENES.

Contesta las siguientes preguntas para hacer en forma consciente una aproximación a ti desde tus orígenes. En algunas de ella te será suficiente hacer memoria, en otras tendrás que hablar con otros para hallar esa información. La búsqueda y el contacto es parte del proceso. Registra lo

esencial de tus respuestas en una hoja de forma que puedas verlas en conjunto.

a. Tus padres:

¿Cuáles eran sus profesiones y actividades? ¿Cómo describirías su estilo de vida? ¿Cuál era la forma en la que se relacionaban con los demás, con el dinero, con la fe y con la sexualidad? ¿Qué sueños realizaron y cuáles quedaron truncos?

b. Los nombres en la familia:

¿Cuáles son los nombres y sobrenombres de los integrantes de la familia? ¿Conoces sus significados? Si no los sabes, búscalos. ¿Se han establecido conexiones con personajes de la Biblia, de la historia general o de la propia historia familiar?

c. Tiempo de embarazo:

¿Cuáles fueron para tu madre los hechos relevantes en ese período? ¿Qué sentimientos y emociones vivió ella? ¿Cómo percibía a su entorno? ¿Detectas en ti algún sentimiento que afecta hoy tu vida y que no es tuyo sino de ella?

d. Expectativas:

¿Qué expectativas tenían tus padres y tu entorno sobre tu nacimiento? ¿Y sobre tu futuro? ¿Qué puedes decirte a ti mismo al respecto? ¿Y qué puedes decirles a quienes tenían esas expectativas?

e. Ubicación en la familia:

¿Qué lugar ocupas en tu familia? ¿Eres el hijo mayor, menor, del medio o único? ¿Cómo te ha afectado eso en tu forma de vincularte con los demás?

4. HACIA UNA SÍNTESIS DE LOS PROPIOS ORÍGENES:

a. ¿De qué forma consideras que en conjunto, los factores anteriores, han cooperado a tu situación de vida actual? ¿Algo ha tenido mayor relevancia?

b. Si tuvieras que elegir una imagen, símbolo o frase que representara este conjunto, ¿cuál sería?

c. Teniendo presente lo que has encontrado, recita el salmo 139 y has tuyo el pedido final del salmista: "Sondéame. Dios mío y penetra en mi interior; examíname y conoce lo que pienso; observa si estoy en un camino falso y llévame por el camino de lo eterno." También puedes volver a releer la poesía *¿Quién soy yo?* y reescribirla desde tus propios planteos existenciales.

2. VIVO EN UNA PRISIÓN

LA MÁSCARA Y LA HERIDA QUE NOS LIBERA.

Desde nuestro nacimiento, a medida que se va conformando nuestro yo o ego, vamos seleccionando actitudes, comportamientos y expresiones que consideramos apropiadas para adaptarnos al entorno. En algunos casos el niño descubre que gritando y reclamando obtiene atención y buenos resultados; en otros, que un comportamiento tierno o intelectual lo favorece. O bien, percibe que cuenta con la aprobación de sus padres si posterga sus propias necesidades para responder a las de ellos. Y así se van desplegando e implementando formas habituales de relacionarse que pasan a ser su personalidad. Y esa es la máscara: ese complejo del yo con el que el yo llega a identificarse.

En el lenguaje filosófico y teológico, el término persona significa una interioridad inviolable abierta al infinito, una substancia individual de naturaleza racional. En la psicología analítica de Jung, este término expresa otra cosa: es un complejo autónomo con el cual el yo llega a identificarse y al que emplea para adaptarse al medio. Y es tal el grado de identificación del yo con la persona o máscara que cualquier modificación que afecte a ésta es vivida como una amenaza o "herida en la personalidad". El yo se experimenta a sí mismo como idéntico a la máscara.

Imaginemos un hombre que se coloca una armadura porque va a participar en una competencia durante toda una jornada. Cuando el sol declina y cede su puesto a la luna, el

hombre regresa a su hogar. Para poder vivir necesita poder quitarse la armadura. Durante el día necesitaba mostrarse fuerte, duro e invulnerable. Ahora, en la hora de las sombras necesita incorporar lo opuesto a lo que representaba su armadura para poder seguir viviendo. Su desnudez lo hace más débil, sensible y vulnerable; y al mismo tiempo más apto para la intimidad que requiere en su nueva situación. ¿Qué pasaría si el hombre confundiera la armadura con su propia piel? Haría todo lo posible para que nadie se la quite. Eso es lo que sucede cuando el yo se identifica con la persona y llega la mitad de la vida, a ese momento en que la luz debe ceder su espacio a las sombras: persiste en aferrarse a su máscara cuando en realidad lo que necesita es soltarla y abrirse a otros elementos que relegó, que también forman parte de su ser y que pugnan por desplegarse.

La llamada crisis de la mitad de la vida es uno de los tantos momentos en los que la máscara se muestra insuficiente, inadecuada para una vivencia de plenitud y calidad de vida. Dante evidencia esto al inicio de la Divina Comedia al expresar simbólicamente: “A mitad del camino de la vida, en una selva oscura me encontraba, porque había extraviado mi camino”.

La máscara es tan solo la punta del iceberg, la manifestación de una totalidad más amplia. Esta amplitud trasciende incluso al yo y nos lleva al ámbito del inconsciente, de lo que no es percibido por el sujeto pero que le pertenece. Y le pertenece puesto que es él en su identidad más vasta.

Condicionar la vida a una dependencia absoluta de la máscara nos lleva a un fracaso seguro precedido por múltiples angustias y con dolorosas consecuencias. En diferentes momentos tenemos oportunidad de experimentar la posibilidad de liberación de este núcleo con el que nos hemos identificado.

En “El hombre y sus símbolos”, Marie-Louise von Franz expresa que, “el proceso de individuación efectivo empieza generalmente con una herida de la personalidad y con el sufrimiento que la acompaña. Esta conmoción inicial llega a ser una especie de llamada aunque no siempre se la reconoce como tal. Por el contrario, el ego se siente estorbado a causa de su voluntad o su deseo y generalmente proyecta la obstrucción hacia algo externo. Esto es, el ego acusa a Dios, o a la situación económica, o al jefe, o al cónyuge, de ser responsable de aquello que le estorba. O quizá todo parece exteriormente muy bien, pero bajo la superficie la persona padece un mortal aburrimiento que hace que todo le parezca sin significado y vacío.”[2]

Si consideramos un momento la vida de Juan, éste se entronca en la línea de los profetas como el último de ellos, como el que señala al esperado. Su imagen y rol ante los demás es ser la voz que clama en el desierto, su figura y misión se identifica con la del profeta Elías. ¿Para ser quien fue, que aspecto debió relegar de su propia personalidad? La herida que le provoca el ser encarcelado: ¿a dónde lo conduce? ¿Cuál es el proceso de integración personal que enfrenta? ¿A qué identidad debe morir? ¿Y cuál es la que está adviniendo? Las preguntas sobre la vida de Juan pueden ser también aplicadas, de alguna forma, sobre la nuestra.

Henri Nouwen ha expresado con gran nitidez el valor de las heridas en el desarrollo de la vida y ministerio. Su obra *“El sanador herido”* y muchos de sus escritos hablan elocuentemente de ello. A continuación presento un par de reflexiones de su obra “*La voz interior del amor”*. Toma un

---

[2] C. G. Jung, *El hombre y sus símbolos*, Caralt, Barcelona, 1997, p. 168. Esta es la última obra supervisada por Jung y en ella M. L. von Franz desarrolla en el capítulo 3 el camino de individuación.

tiempo para leer y decantar estas palabras que inicialmente H. Nouwen escribió para su propio trabajo interior y que luego decidió compartir a los demás.

Sobrevive a tus heridas.

"Te han herido de muchas formas. Cuando más te abras a la sanación, más descubrirás cuan profundas son tus heridas. Estarás tentado de desanimarte, pues debajo de cada herida que destapas encuentras otra. Tu búsqueda de la verdadera sanación será una búsqueda dolorosa. Será necesario derramar muchas lágrimas. Pero no temas. El simple hecho de que estés más consciente de tus heridas demuestra que tienes la fuerza suficiente para enfrentarlas.

El gran desafío es sobrevivir a tus heridas en lugar de pensar en ellas. Es mejor llorar que preocuparse, es mejor sentir profundamente tus heridas que comprenderlas, es mejor dejarlas entrar en tu silencio que hablar de ellas. La opción que enfrentas constantemente es llevar tus heridas a la cabeza o al corazón. En tu cabeza puedes analizarlas, hallar sus causas y consecuencias, y contar las palabras que dirás o escribirás sobre ellas. Pero no es probable que de esta manera se llegue a una curación. Necesitas dejar que tus heridas penetren en tu corazón. Entonces podrás sobrevivir a ellas y descubrir que no te destruirán. Tu corazón es más grande que tus heridas.

Comprender tus heridas sólo puede ser terapéutico cuando esa comprensión está al servicio de tu corazón. No es fácil llegar al corazón con tus heridas: exige liberarse de muchas cuestiones. Te preguntas: ¿Por qué me lastimé? ¿Cuándo? ¿Cómo? ¿Quién lo hizo? Crees que las respuestas a estas preguntas te aliviarán. Pero, cuanto mucho, sólo te ofrecerán una pequeña distancia respecto de tu dolor. Tienes que liberarte de la necesidad de seguir controlando tu dolor y

confiar en el poder terapéutico de tu corazón. Allí tus heridas pueden encontrar un lugar seguro donde se las reciba y, una vez que se las recibe, pierden su facultad de infligir daños y se transforman en suelo fértil para una nueva vida.

Piensa en cada herida como en un niño que ha sido lastimado por un amigo. Mientras esté despotricando y desvariando, intentando volverse contra el amigo, una herida lleva hacia otra. Pero, cuando el chico siente el abrazo de consuelo de uno de sus padres, puede sobrevivir al dolor, volverse hacia el amigo, perdonarlo y construir una nueva relación. Sé amable contigo mismo y deja que tu corazón haga de tu amoroso padre mientras sobrevives a tus heridas."[3]

Deja que los demás te ayuden a morir.

"Dios ha enviado gente para que esté muy cerca de ti a medida que te liberas gradualmente del mundo que te mantiene cautivo. Cuanto más confíes en el amor de aquellos que Dios te ha enviado, más capaz serás de perder tu vida y de ganarla.

Ni el éxito, ni la notoriedad, ni el afecto, ni los planes futuros, ni el entretenimiento, ni el trabajo satisfactorio, ni la estimulación intelectual, ni el apoyo emocional, ni siquiera el progreso espiritual, son factores a los que puedas aferrarte como si fueran esenciales para sobrevivir. Sólo cuando te liberas de ellos puedes descubrir la verdadera libertad que tu corazón más desea. Eso es morir: entrar a la vida más allá de la vida. Debes tomar ese pasaje ahora, no solo al final de tu vida terrenal. No puedes hacerlo solo, pero con el amor de

---

3 Henry Nouwen, *La voz interior del amor*, …

quienes te están siendo enviados puedes entregar tu dolor y dejarte conducir hacia la nueva tierra.” [4]

1. IDENTIFICANDO LAS PROPIAS HERIDAS Y MUERTES

a- Detecta una herida principal en alguna etapa de tu vida -infancia, adolescencia, juventud, adultez-. Colócale un nombre.

b- ¿A qué te condujo o qué consecuencias trajo para tu vida?

c- ¿Qué muertes has experimentado en ti mismo a causa de esta transformación que aconteció en ti?

d- ¿Estás vivenciando alguna herida en tu situación actual? ¿A qué te está conduciendo? ¿A qué identidad o máscara estás muriendo?

e- ¿Quiénes te han acompañado o te están acompañando en este proceso?

f- ¿Ha afectado el conjunto de estas vivencias a tu visión de la vida? ¿De qué forma?

g- Los textos de Henri Nouwen que aparecen en *“La voz interior del amor”* surgieron buscando poner por escrito un “imperativo espiritual”, una orden para sí mismo que hubiera surgido de los encuentros con sus consejeros. Estos imperativos eran el título de cada reflexión y apuntaban a su propio corazón; no estaban destinados a nadie más que a sí mismo. En base a lo que has registrado sobre tus heridas y sus consecuencias, redacta sólo para ti un “imperativo espiritual” para este momento de tu vida.

---

[4] Ibídem, p. …

3. RECUERDO HISTORIAS

EL MITO PERSONAL Y LAS FUERZAS DEL PROPIO INTERIOR.

Las historias que nos narramos a nosotros mismos, las que de tanto en tanto vuelven a nuestra memoria, o que nos acompañan por un tiempo, algo delatan sobre nuestra manera de enfocar la vida. Y entre ellas y nosotros se genera una relación de mutuo condicionamiento: nosotros las narramos y hacemos modificaciones en ellas –por ejemplo, no es el mismo el final del cuento "La sirenita" escrito por Hans Christian Andersen que el presentado en la adaptación de la película de Disney- y ellas nos programan expectativas y respuestas en nuestra vida. Otro ejemplo de los cambios que se introducen en las historias es el hecho de que en décadas pasadas los cuentos presentaban a la mujer como alguien que ocupaba un lugar de víctima y que debía ser salvada mientras que hoy aparece el rol femenino con un lugar activo y protagónico. Es decir que, surgen nuevas historias que responden a una nueva situación y concepción social. Desde una mirada junguiana, todos los personajes de los cuentos representarían a diferentes fuerzas dentro del propio psiquismo y en su trama estarían mostrando un ejemplo del proceso de desarrollo del individuo.

Joseph Campbell, quien emplea especialmente postulados de la psicología analítica de Jung, en su obra "El héroe de las mil caras", señala que "los cuentos populares representan la acción heroica como física; y las religiones superiores dan un sentido moral a las hazañas. (...) Típicamente, el héroe del

cuento de hadas alcanza un triunfo doméstico y microscópico, mientras que el héroe del mito tiene un triunfo macroscópico, histórico – mundial."[5]

Este autor, comparando cientos de relatos mitológicos, muestra cómo todas estas narraciones poseen una única estructura: separación – iniciación – retorno. Y en cada una de estas etapas se distinguen estos momentos o posibilidades:

Separación o partida: 1. La llamada de la aventura o las señales de la vocación del héroe. 2. La negativa al llamado o la locura de la huida del dios. 3. La ayuda sobrenatural o la inesperada asistencia que recibe quien ha emprendido la aventura adecuada. 4. El cruce del primer umbral. 5. El vientre de la ballena o el paso al reino de la noche.

Pruebas y victorias de la iniciación: 1. El camino de las pruebas o el aspecto peligroso de los dioses. 2. El encuentro con la diosa o la felicidad de la infancia recobrada. 3. La tentación. 4. La reconciliación con el padre. 5. Apoteosis. 6. La gracia última.

Regreso y reintegración a la sociedad: 1. La negativa al regreso. 2. La huida mágica. 3. El rescate del mundo exterior. 4. El cruce del umbral del regreso. 5. La posesión de los dos mundos. 6. La libertad para vivir.

Historias del presente o del pasado – desde La odisea de Homero, El Señor de los anillos de J. R. R. Tolkien o la saga de La guerra de las galaxias de George Lucas- muestran esta secuencia. Vale aclarar que la expresión mito no se emplea aquí en el sentido vulgar de falsa creencia o algo irreal sino que se emplea en el sentido de una historia que explica los orígenes de alguna cosa -relato primordial- o bien una

---

5 Joseph Campbell, *El héroe de las mil caras*, Fondo de Cultura Económico, 9na, Argentina, 2010, p 42.

narración que describe conflictos y desarrollos internos de la psique.

Respecto del mito, en el prólogo de su obra "Símbolos de transformación", Jung expresa: "Vislumbré qué significa vivir con un mito o sin él. El mito es aquello de lo que dice un Padre de la Iglesia: "lo que se cree siempre, en todas partes y por todos", o sea que quien cree que vive sin un mito o fuera de él, constituye una excepción. Más aún, es un desarraigado que no se halla sinceramente vinculado con el pasado -con lo ancestral que siempre vive en él-, ni con la sociedad humana actual." (...) "Me asaltaba el presentimiento de que el mito tenía un sentido que necesariamente echaría yo de menos si pretendiera vivir fuera de él en la niebla de la propia especulación. Me sentía acosado a preguntarme muy en serio: "¿Qué es el mito que tú vives?" (...) "De ahí resultó naturalmente la resolución de aprender a conocer "mi" mito y consideré que eso era la misión por antonomasia."[6] En ese momento Jung tenía 36 años.

En cuanto al conjunto de las fuerzas con que todos contamos en nuestro ser, cada uno posee diferentes cualidades y formas de combinarlas. Algunos enfoques distinguen las pasiones o energías en el hombre y las ponen de base para diferentes tipologías. Por ejemplo, en el caso del eneagrama, este sistema considera nueve pasiones básicas (ira, orgullo, vanidad, envidia, avaricia, miedo, gula, lujuria, pereza) que combinadas con otros factores conforman un eneatipo. O en el caso de Alejandro Jodorowsky, que distingue en el hombre cuatro centros (intelectual, emocional, sexual y material) con sus respectivos lenguajes (pensamientos, sentimientos, deseos y necesidades).

---

[6] C. G. Jung, *Símbolos de transformación*, Paidós, Argentina, 2008, p. 16s.

En “Símbolos de transformación” Jung expresa: “me pareció más adecuada una concepción energética que me permitió identificar la expresión “energía psíquica” con el término “libido”. El último expresa un afán o impulso no inhibido por alguna instancia moral o de otra índole. (…) Desde el punto de vista de la genética, lo que constituye la esencia de la libido son las necesidades corporales tales como el hambre, la sed, el sueño, la sexualidad, los estados emocionales, los afectos. Todos estos factores poseen diferenciaciones y ramificaciones muy sutiles en la complicadísima pisque humana”.[7]

De entre las numerosas disposiciones existentes en el psiquismo, en su obra “Tipos psicológicos” destaca cuatro funciones fundamentales:

- la sensación: por medio de la cual el sujeto toma contacto con el mundo exterior.
- la reflexión o pensamiento: con la cual el sujeto comprende el significado de lo que ha entrado en contacto.
- el sentimiento: que valora lo que se ha captado y comprendido.
- la intuición: que es la percepción inmediata de las relaciones.

Además de estas diferenciaciones, el movimiento preferido de la libido permite una nueva división. Ya que esta energía no sólo avanza y retrocede sino que también sale y entra. Esto último se llama:

- introversión: el movimiento está orientado hacia el mundo interno.
- extroversión: el movimiento está orientado hacia el mundo externo.

Los ocho tipos psicológicos que surgen de combinar las cuatro funciones fundamentales con las dos orientaciones de

---

7 Ibídem, p 147.

movimiento de la libido no pretenden encasillar a nadie. En palabras de Ira Progoff, "cuando Jung describe a un hombre diciendo que pertenece al tipo sentimental extravertido, no le coloca un rótulo, sino que describe la naturaleza del movimiento de la libido en ese sujeto y la función psicológica que acompaña a dicho movimiento."[8]

Uno puede comenzar a aproximarse a descubrir su propio tipo psicológico, detectando primeramente la orientación del movimiento de su energía -extrovertido o introvertido- y luego función psíquica que predominante -sensación, reflexión, sentimiento o intuición-.

Es interesante tener presente cómo llega Jung a aproximarse a esta conceptualización.

"La extraversión y la introversión son sólo dos particularidades entre las muchas de la conducta humana. Pero con frecuencia no son lo bastante evidentes y fáciles de reconocer. Si, por ejemplo, se estudian los individuos extravertidos, pronto se descubre que difieren en muchas formas unos de otros y que el ser extravertido es, por tanto, un concepto superficial y demasiado general para ser realmente característico. Por eso, hace ya tiempo traté de encontrar otras particularidades básicas, particularidades que pueden servir para poner cierto orden en las variaciones, aparentemente ilimitadas de la individualidad humana.

Siempre me impresionó el hecho de que hubiera un número sorprendente de individuos que jamás utilizaban la mente, si podían evitarlo, y un número igual que la utilizaban, pero en una forma asombrosamente estúpida. También me sorprendió encontrar muchas personas inteligentes y muy despiertas que vivían, en lo que se podía apreciar, como si nunca hubieran aprendido a utilizar los

---

8 Ira Progoff, *La psicología de C. G. Jung y su significación social*, Paidós, Buenos Aires, 1967, p. 143.

sentidos. (...) Había otras que parecían vivir en un estado de consciencia más curioso, como si el estado al que habían llegado fuese definitivo, si posibilidad de cambio, o como si el mundo y psique fueran estáticas y hubieran de permanecer así por siempre. Parecían vacías de toda imaginación y que dependieran enteramente de su percepción sensorial. Las ocasiones y posibilidades no existían en su mundo y en su "hoy" no había verdadero "mañana". El futuro era exactamente la repetición del pasado.

Estoy tratando de dar al lector una vislumbre de mis primeras impresiones cuando comencé a observar la muchísima gente que conocí". [9]

A partir de allí comienza a detectar más claramente las cuatro funciones, de las que dice: "Estos cuatro tipos funcionales corresponden a los medios evidentes por los cuales obtiene la consciencia su orientación hacia la experiencia. La percepción nos dice que algo existe; el pensamiento nos dice lo que es; el sentimiento nos dice si es desagradable o no lo es, y la intuición nos dice de dónde viene y a dónde va."[10]

Por último, es importante dejar en claro que ninguna teoría abarca toda la vida y que la instrumentalización teórica admite y requiere, según las circunstancias, nuevos y diferentes puntos de vista. Respecto a su propia conceptualización, Jung advierte: "El lector ha de entender que estos cuatro criterios sobre los tipos de conducta humana son sólo cuatro puntos de vista entre otros muchos, como fuerza de voluntad, temperamento, imaginación,

---

9 C. G. Jung, *Símbolos de transformación*, Paidós, Argentina, 2008, p. 55s.

10 Op. cit., p. 57.

memoria y demás. No hay nada dogmático en ellos, pero su naturaleza básica los abona como criterios adecuados de clasificación. Los encuentro especialmente útiles cuando tengo que dar explicaciones a los padres acerca de sus hijos y a los maridos acerca de sus esposas, y viceversa. También son útiles para comprender los prejuicios propios."[11]

1. DETECTANDO HISTORIAS Y MITOS PERSONALES.

A. EN EL CAMINO PERSONAL.

Considera tu propio plano de desarrollo individual. Desde la secuencia de Joseph Campbell -separación, iniciación o retorno- ¿en qué etapa te hallas en este momento? ¿Cuál es el desafío que debes resolver?

B. EN LA DIMENSIÓN FAMILIAR.

Suelen encontrarse en los clanes familiares anécdotas o narraciones que adjudican una cualidad, estilo o destino a sus miembros. ¿Consideras que hay una historia, leyenda o mito en tu familia que también te involucra? ¿Estás a gusto con eso o necesitas reformularlo? La reformulación se puede lograr transformando las afirmaciones universales en particulares. Por ejemplo: "A todos los de nuestra familia siempre..." por "En algunas oportunidades ciertos miembros de la familia experimentaron..., en cambio otros pudieron...". O las afirmaciones de destino: "A todos los que pertenecemos a este clan siempre les sucede..." por "Anteriormente ha sucedido, pero a partir de ahora..."

C. EN CLAVE DE DESARROLLO ESPIRITUAL.

---

[11] Ibidem.

El mito directriz en la vida de Juan bien podría registrarse con la narración del anuncio del ángel a Zacarías anticipando su nacimiento, su estremecimiento en el seno materno ante la visita de su primo y las palabras de su padre profetizando su misión. Esto fue forjando su propio convencimiento de sentido de vida y misión: detrás de mí viene alguien más grande que yo y es necesario que yo disminuya para que él crezca.

¿Crees que podrías hallar en tu propia historia personal acontecimientos o referencias simbólicas -personas, lugares, ideas- a partir de las cuales esboces o conformes tu actual sentido de vida y misión?

4. MIENTRAS ME SUMERJO EN LAS SOMBRAS.

EL TRABAJO CON LA PROPIA SOMBRA.

Es clave en el camino de autoconocimiento poder reconocer la sombra. Tengamos en cuenta que la sombra no es la totalidad del mundo inconsciente. M. L. von Franz, expresa que "representa cualidades y atributos desconocidos o poco conocidos del ego. (...) Cuando un individuo hace un intento para ver su propia sombra, se da cuenta, y a veces se avergüenza, de cualidades e impulsos que niega en sí mismo, pero que puede ver claramente en otras personas. (...) Si alguien tiene un enojo insoportable cuando un amigo le reprocha una falta, ese alguien tiene que estar completamente seguro de que en ese momento encontrará una parte de su sombra. (...) La sombra contiene generalmente valores necesitados por la consciencia pero que existen en una forma que hace difícil integrarlas en nuestra vida."[12]

La sombra no representa de por sí los aspectos negativos de la personalidad sino aquellas energías -los sentimientos, ideas, deseos y necesidades- que sistemáticamente hemos decidido apartar de nuestra consciencia. Por ejemplo, quien ha vivido en un mundo hostil y consideró que para adaptarse debía de mostrarse fuerte y despiadado ha dejado en la sombra aspectos de ternura y mansedumbre. O bien quien ha optado por mostrarse como una persona comprensiva y

---

[12] C. G. Jung, *El hombre y sus símbolos*, op. cit., pp 170 s.

servicial ha relegado a la sombra sus tendencias irascibles y de ocio. Cuando el individuo conforma su máscara, esto traerá por consecuencia la formación de su sombra.

En su obra "Recuerdos, sueños, pensamientos", C. G. Jung describe: "En esta época tuve un sueño inolvidable que al mismo tiempo me aterrorizó y estimuló. Era de noche en un lugar desconocido y sólo penosamente avanzaba yo contra un poderoso huracán. Además se extendía densa niebla. Yo sostenía y protegía con ambas manos una pequeña luz, que amenazaba con apagarse a cada instante. Pero todo dependía de que yo mantuviese viva esta lucecita. De pronto tuve la sensación de que algo me seguía. Miré hacia atrás y vi una enorme figura negra que avanzaba tras de mí. Pero en el mismo momento me di cuenta -pese a mi espanto- de que debía salvar mi pequeña luz, ajeno a todo peligro, a través de la noche y de la tormenta. Cuando me desperté, en seguida lo vi claro: era el «espectro», mi propia sombra sobre la niebla, arremolinándose cansado por la pequeña luz que llevaba ante mí. Sabía también que la lucecita era mi conciencia; es la única luz que tengo. Mi propio conocimiento es el único y el máximo tesoro que poseo. Cierto que es infinitamente pequeño y frágil frente al poder de las tinieblas, pero una luz al fin y al cabo, mi propia luz."[13]

Todos somos seguidos por nuestra propia sombra. Solemos tender a vivir la primera mitad de la vida desde la esfera de nuestra vida consciente, aferrados a nuestra máscara. Pero para continuar el viaje, necesitamos el combustible que está reservado en los aspectos no conscientes. Si ignoramos todo lo que se va acumulando en esta área, llega el momento en que la sombra actúa por sí misma -puesto que es un complejo autónomo- y toma

---

[13] C. G. Jung, *Recuerdos, sueños, pensamientos*, op. cit., p. 110 s.

posesión de la personalidad. Entonces el individuo puede expresar afirmaciones como "no era yo quien lo hacía", o bien "era como una fuerza que no podía refrenar y actuaba en mí."

Comenzar a detectar e integrar la sombra es una tarea ineludible en el desarrollo personal. Es la tarea que en principio no querríamos pero en un determinando momento se hace ineludiblemente necesaria. Es como en esa situación en la que una vez que la persona ha tirado todo lo inútil y despreciable a la basura se da cuenta de que las llaves de su coche no están sobre la mesa... y descubre que para hallarlas debe buscar en la basura.

Como expresan Connie Zweig y Steve Wolf en su obra "Vivir con la sombra": "Cada uno de nosotros debe enfrentarse a su modo con ese gigante oscuro. Para ciertas personas, por ejemplo, el trabajo con la sombra puede exigir el sacrificio de la amabilidad en aras de la sinceridad, (...) para otros el sacrificio de la ostentación en aras de la humildad. (...) Así, en la medida que vayamos descorriendo cada uno de los velos que ocultan a la sombra, en la medida que vayamos haciendo frente a cada miedo y vayamos reapropiándonos de cada proyección, nos hallaremos en mejores condiciones de vislumbrar el tesoro que se oculta en el interior de la sombra. Entonces nos daremos cuenta de que esa tarea es continua y de que ese tesoro es inagotable."[14]

"La sombra es, por definición, inconsciente y, en consecuencia, no podemos contemplarla directamente y debemos aprender a buscarla. Pero para ello es necesario, en primer lugar, saber hacia dónde tenemos que mirar:

---

14 Connie Zweig y Steve Wolf, *Vivir con la sombra*, Kairós, 3ra., Barcelona, 2008, p. 68

- La sombra se oculta detrás de nuestros sentimientos secretos de vergüenza. (...) ¿Cuáles son, pues, los pensamientos o sentimientos íntimos que nos avergüenzan? ¿Cuál es el rasgo personal del que más nos gustaría deshacernos? ¿De qué modos nos sentimos inaceptables, sucios o vergonzosamente diferentes?

- La sombra se halla en nuestras proyecciones. Así pues, cuando reaccionamos desproporcionadamente ante un rasgo ajeno es porque no acertamos a advertirlo en nosotros mismos. (...) ¿A quiénes rechazamos o juzgamos con mayor severidad? ¿Qué grupos de personas aborrecemos o tenemos más miedo? ¿Qué rasgo nos resulta más insoportable de un amigo o familiar?

- La sombra acecha también detrás de nuestras adicciones. (...) ¿Cuáles son los deseos que tratamos de controlar o limitar cuando caemos en una adicción?

- La sombra también se revela en los lapsus verbales. (...) ¿Qué deseo secreto tiene que cree inalcanzable?

- La sombra también hace acto de presencia en los chistes y en las bromas pesadas hechas a expensas de otras personas. (...) ¿En qué situaciones nos hemos sentido sorprendidos o avergonzados por nuestra reacción ante la desgracia ajena?

- La sombra también se esconde tras el disfraz de los síntomas físicos. (...) ¿Cuál es el mensaje que nuestro cuerpo trata de transmitir? ¿Qué secretos y traiciones revelarían nuestras células en el caso de que pudieran hablar?

- La sombra también nos muestra su rostro en la mediana edad. (...) ¿De qué formas podría expresarse este cambio? (...) ¿Cuáles serían las cosas, si alcanzásemos los ochenta años de edad, que lamentaríamos haber hecho, o por el contrario, no haber hecho?

- La sombra se expresa también, y tal vez del modo más elocuente, en nuestros sueños. (...) ¿Qué cosas emergen en

nuestros sueños que parecen contradecir la imagen que vigílicamente nos forjamos de nosotros mismos?

- La sombra revela también sus facetas más ricas en la obra creativa, tendiendo un puente entre los mundos consciente e inconsciente." [15]

1. AL ENCUENTRO DE LA SOMBRA.

En la oscuridad de la prisión, Juan comienza a adentrarse en los aspectos que ha reprimido. Dónde puede apreciarse la sombra propia es en aquellas, cualidades, palabras, demandas o acciones de personas de nuestro propio sexo que nos irritan profundamente y que generan un considerable monto de ira en nuestro interior.

A. DESCUBRIENDO LA VIGA EN EL PROPIO OJO.

El mecanismo de proyección mediante el cual podemos detectar un aspecto de la sombra está puesto de manifiesto en la pregunta de Jesús: ¿Por qué miras la paja que hay en el ojo de tu hermano y no ves la viga que está en el tuyo? (Lc 6,41)

a. Tomo conciencia de qué personas de mi mismo sexo suelen irritarme o alterarme en especial.

b. Hago una lista describiendo qué es lo que me molesta o enfada de cada una de ellas.

c. ¿Cuál es el valor que esconde eso que me altera? Por ejemplo si me fastidia en extremo su pereza el valor detrás de esto es la capacidad de ocio; o si me choca la forma sensual en la que vive, el valor está en saber disfrutar y apreciar los placeres de la vida.

d. En lo que descubro allí hay una voz desde mi sombra que reclama que lo incorpore en mi vida para completar mi propio desarrollo personal. ¿Qué puedo hacer al respecto?

---

[15] Op. cit., pp 50ss.

e. De ahora en más tomo conciencia que cuando veo en el otro algo que me irrita, hay una parte dentro de mí que está conectada con ello y está reclamando ser incorporada. Puedo expresar esto con una oración en la que encendiendo una vela y rodeada por la oscuridad de mi cuarto, le presente al Señor mi deseo de que ilumine mis sombras.

2. INTEGRANDO EL TESORO ESCONDIDO.

La sombra puede integrarse o "comerse" de diversas formas. El arte es un buen medio para poder darle expresión. Los movimientos de quien danza, las historias de quien escribe, los colores y escenas de quien dibuja, las letras que un cantante interpreta, todos ellos son formas que permiten traer a la luz ese aspecto que nuestra máscara habitualmente relega.

a. ¿Qué actividad artística estoy realizando donde pueda expresar mi mundo interior?

b. ¿Le estoy otorgando el tiempo que necesita?

c. ¿Podría profundizarla de alguna forma?

5. EN MI CUERPO SE REGISTRA MI VIDA

ESCUCHANDO LA VOZ DEL CUERPO.

Nuestro cuerpo es el ámbito en donde registramos todo lo que sucede en nuestra alma. Y como tal contiene incluso todos aquellos sentimientos, sensaciones y pensamientos que negamos o pretendemos postergar más tiempo del que nuestra propia salud requiere. En la actualidad diferentes corrientes acentúan esta relación entre cuerpo, emociones y enfermedades, por ejemplo el enfoque del Dr. Hammer con la nueva medicina germánica o el de Enric Corbera con la biodecodificación o bioneuroemoción. Aquí sólo tomaremos la perspectiva de Thérèse Bertherat, creadora de la antigimnasia, quien en su obra "El cuerpo tiene sus razones", en la introducción nos sugiere una mirada muy interesante sobre nosotros mismos:

"En este momento, en el lugar preciso en que usted se encuentra, hay una casa que lleva su nombre. Usted es su único propietario, pero hace mucho tiempo que ha perdido las llaves. Por eso permanece fuera y no conoce más que la fachada. No vive en ella. Esa casa, albergue de sus recuerdos más olvidados, más rechazados, es su cuerpo.

"Si las paredes oyesen..." En la casa que es su cuerpo, sí oyen. Las paredes que lo han oído todo y no olvidado nada son sus músculos. En el envaramiento, en las crispaciones, en la debilidad y en los dolores de los músculos de la espalda, del cuello, de las piernas, de los brazos, y también en los de la cara y en los del sexo, se revela toda su historia, desde el nacimiento hasta el día de hoy.

Sin siquiera darse cuenta, desde el primer mes de vida reaccionó a las presiones familiares, sociales, morales. "Ponte así, o asá. No toques eso. No te toques. Pórtate bien. ¡Pero, vamos, muévete! Date prisa. ¿A dónde vas tan de prisa...?" Confundido, se plegaba a todo como podía. Para conformarse, tuvo que deformarse. Su verdadero cuerpo, naturalmente armonioso, dinámico, alegre, se vio sustituido por un cuerpo extraño al que acepta mal, que en el fondo de sí rechaza. "Es la vida –dice-. ¡Qué le vamos a hacer!" Pues yo le digo que sí, que se puede hacer algo y que sólo usted puede hacerlo. Aún no es demasiado tarde para librarse de la programación del pasado, para hacerse cargo del propio cuerpo, para descubrir posibilidades todavía insospechadas.

Existir significa nacer continuamente. Pero, ¿cuántos hay que se dejan morir un poco cada día, integrándose tan bien a las estructuras de la vida contemporánea que pierden su vida al perderse de vista a sí mismos?

(...) Nuestro cuerpo es nosotros mismos. Somos lo que parecemos ser. Nuestra manera de parecer es nuestra manera de ser. Pero nos negamos a admitirlo. No nos atrevemos a mirarnos. Por lo demás, ni siquiera sabemos hacerlo. Confundimos lo visible con lo superficial. Sólo nos interesamos en lo que no podemos ver. Llegamos incluso a despreciar el cuerpo y a quienes se interesan por su cuerpo. (...) ¿Y si tratásemos de buscar, a través de las sensaciones, las razones del cuerpo?"[16]

El cuerpo encierra un tesoro vital que nos urge contactar para tomarlo en plenitud. La noción de cuerpo se ha aplicado positivamente en el cristianismo tanto desde el enfoque de Pablo, al decir que somos el cuerpo de Cristo, como especialmente desde Jesús, quien da su cuerpo a sus discípulos y le confiere el carácter de vida eterna. La

---

[16] Thérèse Bertherat, *El cuerpo tiene sus razones*, Paidós, 13ra., Buenos Aires, pp. 11s.

redención final no consiste en liberarnos del cuerpo sino en la instancia plena en la que todo nuestro ser será resucitado y glorificado. Tomar conciencia de nuestro cuerpo y asumir lo que éste implica es nuestra tarea de hoy mientras vamos en camino a la plenitud.

1. HABITAR EN LA PROPIA CASA.

Una forma de tomar conciencia de nuestro propio ser y así habitar en la propia casa es a través de nuestra respiración. Propongo aquí unas orientaciones de Thérèse Bertherat, basada en sus primeros pasos en este camino.

"¿Cómo aprender a respirar? La respiración debe ser natural. Es el cuerpo el que la tiene que encontrar, o más bien, volver a encontrar su propio ritmo respiratorio.

¿Y por qué hemos perdido el ritmo respiratorio normal? ¿No se debe a que, ya desde los primeros instantes de nuestra vida, retenemos el aliento cuando sentimos miedo o nos hacemos daño? Más tarde, lo retenemos también cuando tratamos de impedirnos el llorar o el gritar. Pronto sólo espiramos para expresar el alivio o "cuando nos tomamos el tiempo" de hacerlo.

Respirar superficialmente, irregularmente, se convierte en nuestro medio más eficaz para dominarnos, para no tener sensaciones. Una respiración que no nos oxigena lo suficiente obliga a nuestros órganos a trabajar a marcha lenta y reduce las posibilidades de experiencia sensorial y emotiva. Así terminamos por "hacer el muerto", como si nuestra mayor preocupación consistiese en sobrevivir hasta que el peligro -vivir- haya pasado. Triste paradoja. Siniestra trampa de la que no tratamos de liberarnos porque no somos conscientes de hallarnos prisioneros.

¿Cómo permitir al cuerpo volver a encontrar su respiración natural, perdida desde hace tanto tiempo? La señora Ehrenfried (quien la guió inicialmente en estos

ejercicios) nos pidió de nuevo que nos echásemos en el suelo, y esta vez que cerrásemos los ojos. Hablando muy lentamente, meciéndonos con sus palabras, nos dijo que nos imaginásemos nuestros ojos no como si nos sobresaliesen del rostro sino reposando en sus órbitas, como "guijarros que dejamos hundir en un pantano. Esperen al final de los remolinos".

Me relajé y, por un momento me sentí lejos de las preocupaciones. Y entonces dejé escapar un profundo suspiro. A partir de ese suspiro, de esa gran espiración involuntaria, mi ritmo normal se restableció…

En lugar de aspirar generosamente, de espirar con avaricia y volver a aspirar inmediatamente, comencé a respirar en tres tiempos: primero, aspiraba; segundo, espiraba, ahora completamente, y tercero, mi cuerpo esperaba.

Esperaba a tener necesidad de aire para aspirar de nuevo. Más tarde aprendí que esta pausa correspondía al tiempo que el cuerpo precisa para emplear la provisión de oxígeno aportada por la respiración precedente. Empecé a bostezar, con unos bostezos enormes, incontrolables, como si satisficiese así una sed de aire reprimida desde hacía mucho tiempo, quizás desde mi más tierna infancia.

A partir del momento en que me oxigené convenientemente y regularmente, en que los pulmones y el diafragma trabajaron al máximo y que, mediante su movimiento lento y continuo, fueron capaces de "dar masaje" al hígado, al estómago, a los intestinos, comprobé todavía otras mejoras. Recobré el apetito. Desaparecieron los insomnios. Me sentí mejor armada, presta a afrontar nuevas responsabilidades, cuya extensión, sin embargo, no sospechaba."[17]

---

[17] Op. cit., pp. 40s.

2. ESCUCHAR LA VOZ SILENCIOSA DE NUESTRO CUERPO.

Sugiero dos formas simples de aproximación a esta escucha.

A. CON LOS OJOS ABIERTOS.

a. Colócate frente a un espejo y toma tiempo para ver tu rostro.

b. ¿Qué puedes ver en él? ¿Algo te llama especialmente la atención?

c. ¿Puedes comprender el mensaje que en forma callada pero innegable te comunica?

d. Formula lo que has "escuchado" y háblale a tu cuerpo diciéndole: - Escucho lo que tú me estás diciendo: (y enuncias lo que has comprendido).

e. Ahora dale una respuesta donde expreses tus sentimientos y convicciones ante esa realidad.

Puedes realizar este mismo ejercicio apreciando el cuerpo completo.

B. CON LOS OJOS CERRADOS.

a. Ponte en una posición cómoda y presta atención a lo que percibes en tu cuerpo.

b. ¿Qué clase de sensación es?

c. ¿Las acompaña algún sentimiento?

d. ¿En qué zona de tu cuerpo la estás registrando?

e. Toma tiempo para tomar integralmente conciencia de esa sensación, sentimiento y zona de de tu cuerpo y está atento a lo que percibes. Bien puede ser que surja una imagen o que evoques un recuerdo.

f. ¿Cuál es el mensaje que has recibido de tu cuerpo? Anótalo en un lugar donde puedas tenerlo presente cada día durante una semana.

6. MI ALMA ME SUSURRA EN SUEÑOS.

RECIBIENDO EL MENSAJE DE LOS SUEÑOS.

Desde la antigüedad los sueños han sido considerados como mensajes que el hombre recibe desde lo trascendente. Los libros sagrados de las diferentes tradiciones registran también esta concepción. En la Biblia son diversos los pasajes del Antiguo Testamento que hacen alusión a esto. De igual modo hallamos otros en el Nuevo Testamento, especialmente en el evangelio de Mateo, tanto cuando José es animado a aceptar como suyo al hijo que María ha concebido como cuando se lo orienta a huir a Egipto y más tarde a regresar a su patria, el mensaje le es transmitido en sueños. Y también cuando la esposa de Pilato le envía a decir mientras está sentado en el tribunal: -No te mezcles en los asuntos de este justo porque hoy, por su causa, tuve un sueño que me hizo sufrir mucho-. En los Hechos los Apóstoles también se halla una alusión a los sueños cuando Pedro hace presente la profecía de Joel que dice que cuando el Señor derrame su Espíritu los jóvenes verán visiones y los ancianos tendrán sueños proféticos.

Una interpretación reductiva del hombre llevó a una interpretación también reductiva de los fenómenos que acontecen en él, como lo es el soñar. Si el hombre es sólo un conjunto de pulsiones en antagonismo, la realidad onírica sólo puede ser una expresión de ese conflicto interno. Pero si consideramos al ser humano no como resultado de la asociación de materia sino como un viviente a causa de algo

que ha unido y organizado la materia, entonces lo que acontece en él puede tener otra dimensión. El espíritu no es producto del cuerpo; el alma habla en la materia. Los sueños son parte de ese lenguaje que llega a nuestra consciencia.

A veces su origen puede estar más vinculado a lo corporal, a lo anímico o a lo espiritual. Por ejemplo, si el sueño muestra que algo oprime mi brazo y al despertar constato que algo realmente lo ha esta oprimiendo, el origen está claramente en lo físico. Quienes estaban en campos de concentración solían soñar que comían excelentes platos de comida; esto muestra el carácter compensatorio del psiquismo, carácter propio de los sueños, y responde a conflictos y angustias anímicas. Por otra parte, Jung relata que al confiarle un colega que soñaba reiteradamente que sufría accidentes en la montaña, él le recomendó que dejara por un tiempo su costumbre de escalarlas. El otro no tomó en cuenta la advertencia y falleció en un accidente como lo soñó. El enfoque junguiano destaca también la existencia de sueños proféticos. Y ve también, en lo anímico y onírico un ámbito donde lo supraconsciente se pone en contacto con el sujeto: desde las experiencias de personas que sueñan vívidamente con familiares fallecidos hasta mensajes y visiones ofrecidas por seres superiores. Por eso, todo sueño requiere su propio discernimiento y análisis.

C. G. Jung, ya en los inicios de su obra, en Símbolos de transformación, concebía el sueño de esta manera:

"Uno de los principios de la psicología analítica es que las imágenes deben entenderse simbólicamente: que no deben tomarse al pie de la letra, y sí suponerles un sentido oculto. (...) Para el sentido común humano nada tiene de extraordinario la idea de que el sueño posea significado y sea, por consiguiente susceptible de interpretación; decirlo así equivale a formular una verdad proclamada desde hace milenios, vale decir, una verdad trivial. El lector sin duda

habrá oído hablar de los onirománticos de Egipto y Caldea; de José que interpretó los sueños del faraón; de Daniel, que explicó el de Nabucodonosor; y tal vez del *Libro de los Sueños* de Artemidoro. En escritos de todas las épocas y pueblos se habla de sueños importantes y proféticos, anunciadores de calamidades y bonanzas, que fueron enviados por los dioses. El hecho de que una opinión sea tan antigua y tan general, demuestra necesariamente que de algún modo tiene que ser verdadera, esto es, *psicológicamente verdadera*.

Para la actitud moderna resulta apenas concebible que un dios existente fuera de nosotros provoque el sueño, o que éste vaticine proféticamente el porvenir. Mas si la formulamos psicológicamente, la antigua concepción nos resulta ya mucho más comprensible, a saber: *el sueño surge como una parte del alma que no conocemos y se ocupa de la preparación del día siguiente y de sus acontecimientos. (...) El sueño es una serie de imágenes aparentemente contradictorias y absurdas, pero contiene un material de pensamientos que, traducido, arroja un sentido claro."*[18]

Los sueños expresan también cómo está avanzando nuestro proceso de individuación. Los personajes del mismo sexo del soñante representan la sombra: esos aspectos de nuestro propio ser que hemos relegado y que necesitamos reincorporar para dar vitalidad a la actual etapa del camino. Los personajes del sexo opuesto al soñante representan el ánima (en el caso del varón) o el ánimus (en la mujer) y expresan las fuerzas complementarias a integrar para ser completos y afrontar en forma creativa y plena los nuevos desafíos. Los animales representan los instintos y pulsiones (agresividad, ternura, hambre, sexualidad, etc). El niño, el

---

[18] C. G. Jung, *Símbolos de transformación*, op. cit., pp. 31s.

anciano o la anciana sabia, la pareja real, pueden simbolizar la aparición del sí mismo (el centro organizador de la personalidad desde una conciencia más amplia). También pueden aparecer personajes que cumplen la función de psicopompo (guía del alma o guía del camino), como vemos a Virgilio con Dante en la Divina Comedia o a Filemón con Jung en el Libro Rojo.

Anselm Grün en *Transformación* desarrolla cómo se expresa este proceso en los sueños:

"Con frecuencia hemos experimentado que nos habíamos acostado desengañados y contrariados, y a la mañana siguiente nos hemos levantado contentos y con nuevas energías. Ostensiblemente, dormir nos ha transformado. ¿Cómo se produjo? No siempre sabemos explicarlo.

(...) Con frecuencia los sueños describen el estado del que sueña, sus problemas, su humor y cuál es su situación interior. Quien por largo tiempo observe sus sueños, verá que allí se manifiesta un proceso de imágenes que cambian y le indican una transformación interior. Así, por ejemplo, terminan los sueños de persecución por haberse integrado lo que estaba en la sombra. (...) En un seminario de sueños, una señora contaba que siempre volvía a soñar con niños enfermos, con niños que ella perdía u olvidaba. Un año más tarde, sus sueños habían cambiado; ahora ella tenía en brazos niños sanos y alegres. Manifiestamente, durante aquél año algo se había transformado en ella. Lo nuevo que había crecido ya no le molestaba. Había pasado al consciente, lo llevaba en brazos. En su interior había tenido lugar una transformación.

(...) Pero los sueños reclaman al mismo tiempo nuestra transformación. Dios mismo realiza nuestras transformaciones a través de ellos. Por medio de las imágenes que el inconsciente nos presenta en el sueño, Dios

mismo puede ofrecer una transformación en el fondo del alma.

(…) En los sueños ensaya el alma sus propias posibilidades. (…) Cuando el paciente cuenta al terapeuta sus sueños y conversa sobre ellos, tiene lugar la transformación de las partes reprimidas a nuevas formas de vida.

(…) El proceso del sueño depende también de cómo el que sueña trata a sus sueños. Si los toma en cuenta y examina, si lo que es inconsciente en sus sueños lo integra con su consciente, entonces, el proceso de transformación puede continuar. Si, en cambio, reprime sus sueños, el inconsciente también hará notar sus consecuencias destructivas y paralizantes. El inconsciente estorbará su pensar y sus sentimientos. El inconsciente se apoderará del hombre con manos invisibles. No le permitirá transformarse, sino que lo bloqueará. Por eso es importante tomar en cuenta nuestros sueños."

Según Jung, para que dos polos contrarios se atraigan, tiene que tener lugar una transformación. Cuando prestamos atención a nuestros sueños, conectamos el consciente al inconsciente. La tensión entre estos dos polos produce la transformación. El proceso mismo permanece en el misterio. Podemos favorecerlo, pero no determinarlo. Podemos relacionar los dos polos, pero lo que acontece después escapa a nuestra intervención. Es, en última instancia, siempre obra de de Dios. Jung lo expresa diciendo que es *opus magnum, concedente Deo*, es una obra grande que acontece por la intervención de Dios."[19]

Teniendo en cuenta estos elementos podemos prestar especial atención a nuestros sueños, al mensaje que nos

---

[19]Anselm Grün, *Transformación*, Lumen, 3ra., Buenos Aires, 2008, pp. 54s.

ofrecen y al proceso de transformación que se manifiesta en ellos.

1. CUENTA TU SUEÑO O ESCRÍBELO.

Si el sueño no se narra o escribe al despertar, corremos el riesgo de perder gran parte de él. Pude ser de utilidad tener un cuaderno para registrarlos en forma habitual. Esto ofrece la ventaja de poder verlos en conjunto a través del tiempo.

2. DESCUBRIENDO EL MENSAJE.

En general los sueños vienen a responder o compensar una inquietud que ocupa a tu yo consciente.

a. ¿Qué interrogante, conflicto o situación precedió al sueño? ¿Qué era lo que estaba inquietando u ocupando tu mente?

b. ¿Qué mensaje o sentido puedes hallar en el sueño?

c. ¿Qué personajes intervienen? Trata de identificar si alguno representa a la sombra, al ánima o ánimus, al sí mismo o a tus instintos. Y luego percibe el mensaje que te ofrece cada uno.

d. Teniendo en cuenta los símbolos que aparecieron en tu sueño puedes buscar en un diccionario de símbolos su significado a través del tiempo y en diferentes culturas. Es una manera de amplificar tu sueño teniendo en cuenta las posibilidades del inconsciente colectivo.

7. ALGUIEN ME GUÍA EN MI LABERINTO INTERIOR.

INTEGRANDO LOS OPUESTOS ÁNIMA/ÁNIMUS.

Si bien en el mundo del Antiguo Testamento hay un acento en la cultura patriarcal, los grandes personajes masculinos en el desarrollo de su historia siempre se ven acompañados por su complemento femenino. Como señala Henry Nouwen, el Dios de Abraham, Isaac y Jacob es también el Dios de Sara, Rebeca y Raquel. Y si nos remontamos más allá de la historia, en el nivel mitológico de los dos relatos de la creación en el Génesis, hallamos como elemento esencial en el primero, que el hombre creado a imagen y semejanza divina es diseñado como varón y mujer. En el segundo aparece Adán incompleto en el paraíso y mientras duerme surge de su propio interior Eva.

En el Nuevo Testamento esta complementariedad aparece en Mateo con la inclusión de los nombres de cinco mujeres en la genealogía de Jesús; también desplegando la historia de José y María. En el evangelio de Juan la figura de María aparece en relación a Jesús, ofreciendo el símbolo de una nueva creación, recreando y superando el inicio de Adán y Eva.

Los relatos sagrados que nos hablan de historias y símbolos expresan, entre otras cosas, realidades que nos muestran un camino interior de desarrollo personal. Joseph Campbell, en la estructura del camino del héroe -inicio, transformación, regreso-, en la segunda etapa, uno de los

elementos que se destaca, es la aparición del guía. Por ejemplo, en "El Señor de los anillos", la figura de Gandalf es quien representa este rol de guía. En el proceso de desarrollo personal, esto acontece también en lo exterior - ya en el plano educativo, laboral, familiar o espiritual - y en lo interior - como por ejemplo un personaje que en la secuencia de un sueño te ofrece orientación -. Este personaje interno, de figura arquetípica, suele aparecer como el varón o la mujer ancianos que ofrecen su consejo.

El camino de transformación implica necesariamente la integración de los opuestos. Habiendo detectado la propia sombra y trabajando en su asimilación, la tarea posterior será la de conectar con el ánima o ánimus según sea la persona varón o mujer. Al respecto, M. L. von Franz expresa:

"El ánima es una personificación de todas las tendencias psicológicas femeninas en la psique de un hombre, tales como vagos sentimientos y estados de humor, sospechas proféticas, captación de lo irracional, capacidad para el amor personal, sensibilidad para la naturaleza y -por último pero no en último lugar- su relación con el inconsciente.

En su manifestación individual el carácter del ánima de un hombre, por regla general, adopta la forma de su madre. Si tuvo una influencia negativa sobre él, su ánima se expresará con frecuencia en formas irritables, deprimidas, con incertidumbre, inseguridad y susceptibilidad. (...) También con comentarios irritados, venenosos y afeminados con los que rebajo todo. (...) Si tuvo una influencia positiva (...) o bien resulta afeminado o es presa de las mujeres y, por tanto, incapaz de luchar con las penalidades de la vida. Se mantienen diálogos neuróticos pseudointelectuales que inhiben al hombre a entrar en contacto directo con la vida y sus decisiones reales. (..) Las manifestaciones más frecuentes del ánima toman la forma de fantasías eróticas. (...) Este aspecto crudo y primitivo del ánima se convierte en forzoso

sólo cuando un hombre no cultiva suficientemente sus relaciones sentimentales, cuando su actitud sentimental hacia la vida ha permanecido infantil.

(...) Hay también aspectos positivos: (...) hace al hombre capaz de encontrar a la cónyuge adecuada, (...) ayuda a desenterrar hechos escondidos en el inconsciente, (...) pone la mente en relación con las profundidades interiores más hondas, adopta el papel de guía o mediadora, como Beatrice en el Paraíso de Dante.

(...) Tiene cuatro etapas de desarrollo: 1. La figura de Eva, (...) relaciones puramente instintivas y biológicas. 2. Helena de Fausto, (...) nivel romántico y estético. 3. Virgen María: eleva el amor (eros) a alturas de devoción espiritual. 4. Sapiencia: sabiduría que trasciende incluso lo más santo y puro.

¿Qué significa en la práctica el papel del ánima como guía en el interior? Esta función positiva se produce cuando un hombre toma en serio los sentimientos, esperanzas y fantasías enviadas por su ánima y cuando los fija de alguna forma; por ejemplo, por escrito, en pintura, escultura, composición musical o danza. Cuando trabaja en eso paciente y lentamente, va surgiendo otro material inconsciente más profundo salido de las honduras y conectado con los materiales anteriores. Después de que alguna fantasía ha sido plasmada de alguna forma, debe examinarse intelectual y estéticamente con una reacción valorizadora del sentimiento. Y es esencial mirarla como a un ser completamente real; no tiene que haber ninguna duda secreta de que es "sólo una fantasía". Si esto se realiza con devota atención durante un largo período, el proceso de individuación se va haciendo paulatinamente la única realidad y puede desplegarse en su forma verdadera."[20]

---

[20] C. G. Jung, *El hombre y sus símbolos*, op. cit., pp. 180s.

Así como la tarea del varón es integrar su ánima, la de la mujer es integrar su ánimus. Continuando con la exposición de M. L. von Franz, en referencia a este complejo autónomo hallamos lo siguiente:

"El ánimus no aparece con tanta frecuencia en forma de fantasía o modalidad erótica; es más apto para tomar la forma de convicción sagrada oculta. Cuando tal convicción es predicada con voz fuerte, insistente, masculina, o impuesta a otros con escenas de brutal emotividad, se reconoce fácilmente la masculinidad subyacente en una mujer. (...) Aún en una mujer que exteriormente sea muy femenina, el ánimus puede ser también una fuerza dura e inexorable, (...) que la hace obstinada, fría y completamente inaccesible.

(...) El ánimus jamás cree en excepciones. Raramente se puede contradecir su opinión porque, por lo general, suele tener razón; sin embargo, pocas veces parece ajustarse a la situación individual.

(...) El carácter del ánimus está básicamente moldeado por el ánimus del padre de la mujer. El padre lo dota con el matiz especial de convicciones indiscutibles, irrecusablemente verdaderas, convicciones que jamás incluyen la realidad personal de la propia mujer tal como es realmente.

(...) En forma negativa personifica todas las reflexiones semiconscientes, frías y destructivas que invaden a una mujer en las horas de la madrugada cuando no ha conseguido realizar cierta obligación sentimental.

(...) A veces una extraña pasividad y la paralización de todo sentimiento, o una profunda inseguridad que puede conducir casi a la sensación de nulidad pueden ser el resultado de la opinión de un ánimus inconsciente.

(...) El ánimus no consta meramente de cualidades negativas tales como la brutalidad, descuido, charla vacía, malas ideas silenciosas y obstinadas.

También tiene un lado muy positivo y valioso; también puede construir un puente hacia el sí mismo mediante su actividad creadora. (...) Si la mujer se da cuenta de qué y quién es su ánimus y qué hace con ella, y si ella se enfrenta con esas realidades en vez de dejarse poseer, su ánimus puede convertirse en un compañero interior inapreciable que la dota con las cualidades masculinas de iniciativa, arrojo, objetividad y sabiduría espiritual.

(...) El ánimus muestra cuatro etapas de desarrollo. La primera aparece como una personificación de un mero *poder físico*, por ejemplo como campeón atlético y hombre musculoso. En la segunda etapa posee *iniciativa y capacidad de planear la acción*. En la tercera el ánimus se transforma en la *palabra*, apareciendo con frecuencia como profesor o sacerdote. Finalmente, en su cuarta manifestación, el ánimus es la encarnación del *significado*. En este elevado nivel, se convierte en mediador de la experiencia religiosa por la cual la vida adquiere nuevo significado. Da a la mujer firmeza espiritual, un invisible apoyo interior que la compensa de su blandura exterior. En su forma más desarrollada conecta, a veces, la mente de la mujer con la evolución espiritual de su tiempo y puede, por tanto, hacerla más receptiva que un hombre a las nuevas ideas creadoras.

(...) El lado positivo del ánimus puede personificar un espíritu emprendedor, atrevido, veraz, y en su forma más elevada, de profundidad espiritual. Por medio de él, una mujer puede experimentar el proceso subyacente de su situación objetiva personal y cultural, y puede encontrar el camino de una intensa actitud espiritual ante la vida. (...) La mujer tiene que encontrar el atrevimiento y la interior amplitud mental para dudar de la santidad de sus convicciones. Sólo entonces será capaz de aceptar las sugerencias del inconsciente, en especial cuando contradicen las opiniones de su ánimus. Sólo entonces llegarán hasta ella

las manifestaciones de su sí misma y podrá entender conscientemente su significado"[21]

En el relato Juan es guiado por el profeta Elías y también por Salomé, representaciones del psicopompo -guía del alma- y del ánima. Esta última le comunica con sus movimientos que aún debe recorrer un intrincado laberinto pero que ella está allí ofreciéndole una guía que lo llevará a un nuevo recinto donde hay una fulgurante luminosidad. Es el camino que Juan tiene por delante; el laberinto de todos.

DETECTANDO A NUESTROS GUÍAS Y NUESTRA ÁNIMA.

Para lograr los desarrollos de las habilidades necesarias para vivir necesitamos de personas que nos orienten. Nos enseñaron a comer, a caminar y hablar. En parte esa ha sido la tarea de nuestros padres. Y al crecer, seguramente otras personas se sumaron a esta tarea.

1. EN EL DESARROLLO DE LA VIDA.

A. Ten en cuenta los diferentes ámbitos de tu vida -familiar, profesional, pastoral, espiritual- e identifica qué personas han sido claves al ofrecerte una orientación.

B. Registra en qué circunstancia apareció cada uno de ellos -¿qué desafío estabas atravesando?-.

C. ¿Quién está cumpliendo actualmente ese rol?

D. ¿Consideras que ese vínculo deberías hacerlo más próximo o más distante? ¿Por qué?

E. Haz una oración donde puedas agradecer la presencia de todos los guías que has recibido a lo largo de tu historia. Y elige al menos a alguno de ellos para agradecerle su intervención en tu vida.

---

[21] Ibídem, pp 188s.

2. LO QUE NOS DEVUELVE EL ESPEJO.

Para distinguir la etapa de desarrollo de nuestra ánima podemos usar como espejo lo que nos atrae.

A. ¿Cuál es la imagen de mujer que en lo cotidiano ocupa el propio pensamiento?

B. ¿Cómo son las mujeres con las que eliges estar?

C. En relación a las 4 etapas del ánima (Eva - Helena - María -Sofía): ¿cuál predomina?

Lo mismo puede realizarse en relación al ánimus.

A. ¿Cuál es la imagen o modelo masculino que en lo cotidiano ocupa el propio pensamiento?

B. ¿Cómo son los varones con los que eliges rodearte?

C. En relación a las cuatro etapas del ánimus (poder físico - iniciativa y capacidad de planear - palabra - significado): ¿cuál predomina?

3. APROPIÁNDOSE DEL ÁNIMA.

La función positiva del ánima "se produce cuando un hombre toma en serio los sentimientos, esperanzas y fantasías enviadas por su ánima y cuando los fija de alguna forma; por ejemplo, por escrito, en pintura, escultura, composición musical o danza.

A. Detecta alguno de estas intuiciones y manifestaciones enviadas por tu ánima.

B. Plásmala para darle entidad en alguna forma cultural que te sea afín.

C. Cuando hayas terminado tu obra, observa y valora lo que has realizado.

4. APROPIÁNDOSE DEL ÁNIMUS.

En la actividad anterior nos orientamos a reconocer el ánima. En este nos plantearemos preguntas para detectar la influencia del ánimus en la propia persona.

a. ¿Cómo son los pensamientos que tienes acerca de ti y de los demás? ¿Están conectados con la vida y dan espacio para un desarrollo esperanzador? ¿O clasifican todo en blanco y negro sin espacio para excepciones?

b. Considerando la personalidad de tu padre: ¿qué improntas ha dado a tu ánimus?

c. Busca los aspectos positivos que contiene actualmente tu ánimus y represéntalos en un objeto que puedas observar. Puedes crear tú misma ese objeto como una plasmación de tu interior o bien puedes elegirlo de algo ya existente.

8. PARA ENFRENTAR MIS MIEDOS, DUDAS Y DESTINO.

LA CUALIDAD DEL TIEMPO QUE VIVIMOS.

El tiempo se ha considerado de diversas formas. Desde una descripción racional y objetiva podemos, por ejemplo, considerarlo como el sistema que lo divide en años, meses, semanas, días, horas, minutos y segundos. Desde una apreciación subjetiva, todos podemos registrar que la percepción del tiempo nos es diversa según el tono de la propia vivencia: cuando estamos en una situación agradable el tiempo transcurre rápidamente mientras que sucede lo opuesto en una situación tediosa. La teología también ha distinguido entre el cronos - tiempo que transcurre - y el kairós - el tiempo de salvación en el que opera la gracia -. Y además le ha otorgado al tiempo o historia un sentido y progreso. Desde la breve expresión de Pablo "y al llegar la plenitud de los tiempos, nació de una mujer" hasta la extensa genealogía de Mateo, que presenta el nacimiento de Jesús en el inicio de la séptima generación de siete, podemos hallar expresiones que nos muestran el tiempo no como algo lineal y abstracto sino como algo singularmente cualitativo.

Tal vez el texto del Eclesiastés, que comienza diciendo: "Hay un tiempo para todo y un tiempo para cada cosa bajo el sol", es uno de los más claros en el Antiguo Testamento al respecto para señalar que cada tiempo posee su cualidad. Ya en el Nuevo Testamento, Jesús mismo lo manifiesta cuando expresa a sus discípulos que, así como notan por los brotes de la higuera que se aproxima el verano, también deben estar

atentos a lo que sucederá cuando vean los signos de los tiempos. También en el evangelio de Juan, Jesús aparece muy atento a la hora: empleando expresiones hacia María señalándole que aún no ha llegado su hora o hacia sus parientes explicándoles que su tiempo no ha llegado todavía.

Desde la psicología junguiana, el concepto que especialmente se vincula al tiempo es el de sincronicidad. En el prólogo al I Ching de Richard Wilheim, Jung expresa: "(...) Es un concepto que configura un punto de vista diametralmente opuesto al de causalidad. (...) La sincronicidad considera que la coincidencia de los hechos en el espacio y en el tiempo significa algo más que un mero azar, vale decir, una peculiar interdependencia de hechos objetivos, tanto entre sí, como entre ellos y los estados subjetivos (psíquicos) del observador o los observadores. (...) Exactamente como la causalidad describe la secuencia de los hechos, la sincronicidad trata de la coincidencia de los hechos."[22]

Desde la perspectiva de la sincronicidad nada es azar ni casualidad. Tampoco hay una separación irreductible entre naturaleza y psique, sino que existe un vínculo mutuamente condicionante. Los pensamientos, sentimientos, deseos y necesidades -ya conscientes o inconscientes- del sujeto moldean la naturaleza y ésta, de alguna forma llega a espejarlo. Ante las situaciones que se nos presentan una y otra vez podemos formularnos la pregunta: ¿qué es lo que estoy proyectando desde mí y que veo devuelto por mi entorno?

También se puede tener presente otro concepto junguiano ligado al tiempo: enantiodromía. Jung lo toma de Heráclito y significa que toda realidad se orienta a transformarse en su

---

[22] Richard Wilhem, *I Ching*, Editorial Sudamericana, 22da., Buenos Aires, 2013, p. 25.

contrario. De esta forma, cada situación presente es el punto de partida para un nuevo cambio.

1. EL TIEMPO VITAL SEGÚN EL ECLESIASTÉS.

a. Lee con tranquilidad el texto de Eclesiastes 3,1-8.

"Hay un tiempo para todo y un tiempo para cada cosa bajo el sol:
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 demoler 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 arrojar piedras y un tiempo para recogerlas,
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 de guerra y un tiempo de paz."

b. ¿Consideras que alguna de las descripciones del tiempo te representa? En caso afirmativo, ¿cómo podrías acompañar con tu accionar a esta cualidad del tiempo que vives?

c. ¿Crees que habría que añadir otras descripciones de opuestos según tus experiencias de vida? ¿Cuáles serían?

2. EL MOMENTO EN LA PROPIA VIDA.

Joseph Campbell describe dos grandes etapas en la vida de toda persona. La primera corresponde a aprender a morir al abrazo materno. Esto implica superar todos los vínculos neuróticos que nos mantienen dependientes, infantiles para enfrentar el propio camino en el mundo. La segunda es

aceptar el abrazo materno de la muerte. Conlleva aceptar las disminuciones propias de la vida y la finitud de ésta sin por ello dejar de estar presente y pleno en cada momento, ni pretender detenerlos ni apurarlos.

a. ¿Cuál de estos dos momentos hoy te representa más?

b. ¿Cuáles son los desafíos que tienes afrontar?

c. ¿Qué acciones concretas te pueden ser de provecho en esta etapa que estás transitando?

3. EL TIEMPO COMO VOZ DE DIOS.

El P. José Kentench decía que había que "tener la mano en el pulso del tiempo y el oído en el corazón de Dios". Y animaba a tener una fe práctica en la divina Providencia percibiendo los acontecimientos como pequeños profetas. Este simple ejercicio -empleado en un devocional-, realizado cotidianamente, puede ayudar a ir generando esta actitud.

a. Al finalizar el día, repasa mentalmente lo que has vivido.

b. ¿Qué fue lo más alegre que has experimentado hoy?

c. ¿Qué fue lo más difícil que te tocó vivir?

d. ¿Qué voz de Dios puedes reconocer en estas experiencias?

9. ABRAZO EL CENTRO DE LA VIDA.

EN CONTACTO CON EL SÍ MISMO.

Respecto al desarrollo del proceso de individuación junguiano, M. L. von Franz continúa diciendo lo siguiente:

"Si una persona ha forcejeado seriamente y el tiempo suficiente con el problema del ánima (o del ánimus) hasta que ya no se siente parcialmente identificado con él, el inconsciente cambia otra vez su carácter dominante y aparece en una nueva forma simbólica que representa al "sí mismo", el núcleo más íntimo de la psique. En los sueños de una mujer este centro está generalmente personificado como figura femenina superior: sacerdotisa, hechicera, madre tierra o diosa de la naturaleza o del amor. En el caso del hombre se manifiesta como iniciador y guardián, anciano sabio, espíritu de la naturaleza, etc. (...) Pero la forma de un ser humano es sólo una de las muchas formas en que puede aparecer el "sí mismo" en los sueños o visiones."[23]

El sí mismo posee una función unificadora o trascendente de la psique. Es un nuevo punto de equilibrio: mientras que el yo sigue siendo el punto central de la conciencia, el sí mismo se ha convertido en el centro del individuo. El yo bien podría decir que hay alguien más grande que él mismo y que está por venir, ¡y que le antecedía! Una imagen de esto podría ser la parábola donde alguien confía a unos trabajadores el cuidado de la viña. Y luego estos personajes se consideran los dueños y no aceptan y maltratan a todos los mensajeros -cómo a veces tratamos a los mensajeros que

---

[23] C. G. Jung, *El hombre y sus símbolos*, op. cit., pp. 193s.

nos hablan a través de la conciencia, del cuerpo, de los hechos concurrentes y de los sueños- del legítimo dueño.

Algunas escuelas y corrientes han identificado la experiencia del sí mismo con la divinidad; no es este el caso de Jung. Las analogías que pueden hallarse entre realidades sobrenaturales y psicológicas no implican que las primeras deban reducirse a las últimas. Cuando Pablo expresa "Ya no soy yo quien vive sino que es Cristo quien vive en mí" expresa una realidad mística y moral de un orden diferente al del yo y el sí mismo.

La psicología analítica "desarrolla una forma de alcanzar el propio centro interior y de establecer contacto con el misterio mismo del inconsciente por uno mismo y sin ayuda. (...) Tratar de conceder a la realidad viva del sí mismo una cantidad constante de atención diaria (...), tratar de vivir simultáneamente en dos niveles o en dos mundo diferentes. Dedicamos nuestra mente, como antes, a los deberes externos, pero, al mismo tiempo, permanecemos alerta a los indicios y signos, en los sueños y en sucesos exteriores, que utiliza el sí mismo para simbolizar sus intenciones y dirección del curso de la vida. (...) Así, en medio de la vida exterior corriente, nos sentimos tomados, de repente, en una emocionante aventura interior; y como es única para cada individuo, no puede ser copiada o robada.

(...) El lado oscuro del sí mismo es lo más peligroso de todo, precisamente porque el sí mismo es la fuerza mayor de la psique. Puede hacer que las personas tejan megalomanías u otras fantasías engañosas que las captan y la poseen. Una persona en tal estado piensa con excitación creciente que se ha apoderado de los grandes enigmas cósmicos y los ha resuelto; por tanto pierde todo contacto con la realidad humana. Un síntoma seguro de ese estado es la pérdida del sentido del humor y de los contactos humanos.

(...) A veces tenemos la impresión de que desea cosas de nosotros y nos encomienda tareas muy especiales. Nuestra reacción ante tal experiencia puede ayudarnos a adquirir fuerza para nadar contra la corriente de los prejuicios colectivos, teniendo en cuenta seriamente nuestra propia alma.

(...) Si un solo individuo se dedica a la individuación, frecuentemente tiene un efecto positivo contagioso en la gente que le rodea. Es como si una chispa saltara de uno a otro. Y esto suele ocurrir cuando no se tiene intención de influir en los demás y, con frecuencia, cuando no se emplean palabras."[24]

Tenemos presente que el sí mismo se expresa a través de sueños; ya hemos hablado acerca de su interpretación. Y también lo hace de otras formas. Al estudiar la conexión aún indefinida e inexplicada (podría resultar que "psique" y "materia" son en realidad el mismo fenómeno, uno observado desde "dentro" y otro desde "fuera"), Jung expuso "un nuevo concepto que él llamó sincronicidad. Este término significa una "coincidencia significativa" de sucesos exteriores e interiores que no están conectados causalmente. Lo importante es la palabra significativa."

De entre las representaciones para el sí mismo, Jung empleó la figura de los mandalas -palabra que significa círculo mágico- ya que estos en su estructura expresan una representación simbólica del átomo nuclear de la psique humana. "La redondez generalmente simboliza totalidad natural mientras que la formación cuadrangular representa la realización de ella en la consciencia".

---

[24] Ibídem, pp. 209s.

De entre los medios para favorecer la integración con el sí mismo, tanto la meditación, como las danzas sagradas o la realización de mandalas son de gran utilidad. Estos son algunos de los diversos medios que nos permiten abrazar el centro de la vida. Los siguientes ejercicios están enfocados en el mandala.

1. PINTANDO UN MANDALA.

a. Elige un manda ya diseñado -o bien comienza por dibujarlo si es tu preferencia-.

b. En un ambiente sereno, comienza a pintarlo como desees. Simplemente está atento a los sentimientos y pensamientos que vienen a ti. También ten presente cómo lo vas haciendo: si comienzas desde el borde, desde el centro, desde una zona intermedia.

c. Cuando hayas finalizado recoge el mensaje que has encontrado de ti mismo. Ten presente que lo que has generado expresa tu interior y al mismo tiempo te transmite un mensaje a ti.

2. ACTUANDO UN MANDALA.

El sí mismo se representa a veces como una piedra. Y Cristo mismo, la piedra angular, aparece en una conexión con este símbolo.

a. Elige una piedra o roca para que represente al sí mismo.

b. Coloca la roca en el suelo.

c. Traza en torno a ella un círculo visible en el que tú quedes dentro.

d. Ubícate en el centro, sobre la roca.

e. Desde allí imagina que tus manos y brazos extendidos pueden tocar los extremos del círculo formando un cuadrado.

f. Desde el centro vas a dirigirte hasta el extremo del círculo donde está tu mano derecha. Allí haces tres respiraciones profundas y serenas mientras te preguntas qué es lo que tienes que dar. Luego regresas al centro.

g. Repites lo mismo dirigiéndote hacia tu mano izquierda y preguntándote qué es lo que tienes que recibir; luego hacia tu pie derecho preguntando qué tengo que conquistar; y finalmente hacia tu pie izquierdo preguntando qué debo dejar atrás.

h. Desde el centro haz una oración a Cristo, que es la Roca viviente y luego parte de allí llevándote la roca que ha simbolizado tu sí mismo.

i. Colócala en un lugar donde puedas verla a diario para recordar tu compromiso de abrazar el centro de la vida.

10. EN UNA DANZA SIN FIN.

VISLUMBRANDO EL INCONSCIENTE COLECTIVO.

Jung abordó su tarea de investigación psicológica con el rigor que demandaba el método científico, no dando por sentado nada que no tuviera una base empírica. Respecto al inconsciente expresa lo siguiente:

"El concepto de inconsciente es para mí un concepto exclusivamente psicológico, no un concepto filosófico en el sentido de algo metafísico. A mi juicio el inconsciente es un concepto límite psicológico en el que se incluyen todos aquellos contenidos o procesos psíquicos que no son conscientes, es decir, que no están de modo perceptible referidos al yo. Sólo basándonos única y exclusivamente en la experiencia podemos cabalmente hablar de la existencia de procesos inconscientes y ello, por de pronto, basándonos en la experiencia psicopatológica que no deja lugar a dudas. (...) Por ejemplo, en un caso de amnesia histérica el yo nada sabe de la existencia dilatada de complejos psíquicos, pero con un sencillo procedimiento hipnótico es capaz de maniobrar al instante la reproducción completa del contenido extraviado.

Miles de experiencias de esta índole justificaron, al cabo, el que pudiera hablarse de la existencia de contenidos psíquicos inconscientes. (...) Sabemos, por de pronto, que los contenidos conscientes pueden convertirse en inconscientes por pérdida de su valor energético. Este es el proceso normal del olvido. Que estos contenidos no se pierden sencillamente bajo el umbral de la consciencia, nos lo dice la experiencia, ya que a veces, al cabo de muchos años, emergen de su

abismamiento en circunstancias propias, ensueños, por ejemplo, en estado de hipnosis, como criptomnesia o al revivir el recuerdo olvidado en virtud de asociaciones.

Nos enseña además la experiencia que los contenidos conscientes pueden quedar sumergidos sin experimentar en su valor grandes pérdidas, bajo el umbral de la conciencia, en virtud de un olvido intencional, lo que Freud llama represión de un contenido penoso. Efectos semejantes produce la disociación de la personalidad, disolución de la rotundidad de la consciencia debido a la violencia de un afecto o a un nervoushock o la fragmentación de la personalidad en la esquizofrenia.

También sabemos por la experiencia que hay percepciones sensibles que debido a su escasa intensidad o desviación de la atención no llegan a alcanzar el nivel de la apercepción consciente, convirtiéndose, sin embargo, en contenidos psíquicos, en virtud de su apercepción inconsciente, lo que a su vez queda demostrado por la hipnosis. Lo mismo puede ocurrir con determinadas consecuencias y demás combinaciones que debido a su valorización escasa o a una desviación de la atención permanecen inconscientes. Finalmente nos enseña también la experiencia que hay conexiones psíquicas inconscientes, imágenes mitológicas, por ejemplo, que al no haber sido nunca objeto de la consciencia han de traer su origen en una actividad inconsciente.

Estos son los asideros que la experiencia nos brinda para presumir la existencia de los contenidos inconscientes. Pero no puede decirnos lo que posiblemente sea contenido inconsciente. No tiene objeto hacer aquí suposiciones, pues lo que pueda ser contenido inconsciente es algo de todo punto imprevisible. ¿Cuál es el límite inferior de una percepción sensible subliminal? ¿Hay alguna medida que pueda determinar la finura o el alcance de las combinaciones inconscientes? ¿Cuándo puede considerarse por completo

extinto un recuerdo olvidado? No hay modo de contestar a estas preguntas.

Ahora bien, la experiencia que hemos adquirido de la naturaleza de los contenidos inconscientes permite una cierta clasificación de índole general. Podemos distinguir un inconsciente personal que comprende todas las adquisiciones de la existencia personal, es decir, todo lo olvidado, reprimido, percibido, pensado y sentido bajo el umbral de la consciencia. Además de estos contenidos personales inconscientes hay otros que no proceden de las adquisiciones personales, sino de la posibilidad heredada del funcionar psíquico, esto es, de la estructura cerebral heredada. Son las conexiones mitológicas, los motivos e imágenes que, en todo momento y donde quiera, pueden reaparecer sin tradición histórica ni migración previa. Considero estos contenidos colectivamente inconscientes."[25]

Así Jung reconoce una dimensión consciente y otra inconsciente. Y en esta última distingue un inconsciente individual y otro colectivo. "Los contenidos del inconsciente personal son adquisiciones de la vida del individuo; los del inconsciente colectivo, en cambio, son arquetipos presentes siempre y a priori". [26] En el inconsciente individual es donde se encuentran los llamados complejos autónomos y en el inconsciente colectivo se hallan los arquetipos -si bien algunos complejos autónomos, por ejemplo la sombra, el animus y el anima pueden aparecer también como arquetipos-.

Podemos captar los arquetipos por medio de sus representaciones. "El hombre está en la prisión de su

---

[25] C. G. Jung, *Tipos psicológicos*, op. cit., pp. 610ss.

[26] C. G. Jung, *Aion*, Paidós, Argentina, 2008, p. 22.

realidad psicofísica, y, lo quiera o no, tiene que contar con este hecho. Evidentemente es posible vivir contra las exigencias del cuerpo y arruinarse la salud, y, como es bien sabido, se puede hacer lo mismo con respecto a la psique. Quien quiera vivir, prescindirá sensatamente de tales trucos y se informará cuidadosamente respecto a las necesidades de su cuerpo y de su pique. A partir de cierto grado de consciencia y de inteligencia ya no es posible vivir unilateralmente, sino que es necesario hacerse cargo en forma consciente de la totalidad de los instintos psico-somáticos, que en los primitivos funcionan todavía en forma natural.

Del mismo modo que el cuerpo tiene necesidad de alimento, y no de cualquier alimento sino sólo de aquél que le conviene, así la psique necesita el *sentido* de su ser, y no cualquier sentido sino esas imágines e ideas que le corresponden naturalmente, esto es aquellas que suscita lo inconsciente. Lo inconsciente proporciona lo que podemos llamar la forma arquetípica, que en sí es vacía e irrepresentable. Pero de inmediato esta forma es llenada desde la consciencia con material representativo afín o similar y se vuelve de ese modo perceptible. Debido a esto, la representaciones arquetípicas están siempre determinadas individualmente, por el lugar y por el tiempo."[27] Un ejemplo de esta determinación según el lugar y el tiempo, son las cartas del tarot. Para Jung son representaciones de arquetipos de transformación. Las representaciones más antiguas que han llegado hasta nosotros son las del tarot egipcio. Pero luego estas emergieron modificadas en sus representaciones y con elementos provenientes del cristianismo en el tarot de Marsella. Otro ejemplo son los arquetipos del Padre y de la Madre, que según las épocas y culturas emergen en formas diferentes. Los arquetipos "son

---

[27] Ibídem, p. 207s.

imágenes y emociones (...) trozos de la vida misma que, imágenes que están íntegramente unidas al individuo vivo por el puente de las emociones." [28] "Se puede percibir la energía específica de los arquetipos cuando experimentamos la particular fascinación que los acompaña." [29]

La historia de cada individuo está influenciada por fuerzas que le son propias y por otras que son preexistentes y que lo trascienden. Estas pueden ser percibidas a través de símbolos en los sueños, relatos mitológicos y tendencias colectivas. Ser conscientes de todo lo que emerge fascinándonos y desafiándonos en diferentes circunstancias nos ayuda a no quedar determinados por estas fuerzas sino a integrarlas con nuestro esfuerzo humilde encauzándolas en el desarrollo personal y social.

¿Qué símbolos actualmente poseen influencia en la propia vida personal? ¿Qué mitos están ligados a ellos? ¿En qué situaciones cedo la decisión personal para sumarme a sentimientos colectivos? En las actividades en las que me apasiono: ¿qué tipo de fuerza puedo encontrar en la base de ellas? ¿Podría representarla de alguna forma? ¿Cómo la representaría?

---

[28] C. G. Jung, El *hombre y sus símbolos*, op. cit., p. 94.

[29] Ibídem, p. 76.

CONCLUSIÓN

Concluyo esta obra con dos breves relatos. El primero nos habla de Juan. Y pertenece a Khalil Gibrán. El texto es una creación con la poesía y profundidad que caracteriza a este escritor libanés. Allí, en su libro "Jesús, el Hijo del Hombre", él presenta a Jesús visto desde la perspectiva de diferentes espectadores. Uno de ellos es Juan. Un símbolo más de una voz que emerge en todos los tiempos.

"JUAN BAUTISTA

A uno de sus discípulos

No permaneceré callado en esta oscura prisión mientras la voz de Jesús se levanta en el campo de batalla; ni nadie pondrá su mano sobre mí, ni encadenará mi libertad mientras Él esté libre. Me dicen que las víboras reptan alrededor de sus tobillos, mas yo os digo: las víboras le darán más fuerza para aplastarlas.

Yo no soy más que un trueno en sus relámpagos, y a pesar de haber hablado yo primero, la palabra con que he comenzado fue la palabra de Él, y mi intención fue su intención.

Me cogieron preso de improviso, y tal vez así harán con Él; pero el Nazareno les dirá antes todo lo que tiene que decirles; y los vencerá. Su carroza pasará por encima de ellos; las herraduras de sus caballos los pisotearán; y saldrá victorioso. Vendrán a su encuentro con lanzas y espadas, mas Él les opondrá la fuerza del Espíritu. Su sangre correrá sobre la tierra, pero sus jueces y verdugos reconocerán sus heridas y sufrimientos, y llorarán y se bautizarán con sus lágrimas hasta purificarse de sus pecados.

Sus ejércitos avanzarán sobre sus ciudades con balistas de hierro, pero se ahogarán todos en el camino del Jordán; en tanto los muros y las torres de Jesús se tornarán más fuertes y más inexpugnables frente al brillo de sus corazas y escudos.

Dicen que me alié con Él para incitar al pueblo a la insurrección contra el reino de Judea; mas yo digo (y, ¡cuánto ansío tener fuego para amasarlo con mis palabras!) que si ellos llaman "reino" a la fosa del vicio y del mal, pues que se hunda y se destruya y que le suceda lo que a Sodoma y Gomorra, y que Jehová se olvide de esta raza, volviendo a esta tierra desierto de cenizas. Sí, soy un aliado de Jesús el Nazareno, detrás de estas rocas ciclópeas de mi cárcel. Él conducirá mis ejércitos con todos sus infantes y jinetes. Mas yo, no obstante ser un jefe en el ejército de Jehová, no soy digno de desatar la correa de sus sandalias. Caminad y repetid a sus oídos mis palabras y rogad, en mi nombre, que os consuele y os bendiga.

Yo no permaneceré mucho tiempo en este lugar, porque cada noche, entre un despertar y otro, percibo el paso lento de unos pies sobre mi cuerpo, y cuando presto oído siento las gotas de lluvia caer sobre mi carne.

Id y decid a Jesús: Juan Al-Cadroni, cuya alma se llena y se vuelve a vaciar de espectros, ora por ti. Entretanto, al lado de él está el implacable sepulturero, y al otro lado yergue su cabeza el verdugo que tiende su mano para recibir la paga.”

El segundo texto, presentado en forma abreviada, habla de nosotros -puesto que también en estas páginas, hemos buscado acercarnos a nosotros mismos, profundizar en nuestro ser- desde el enfoque de la psicología analítica de Jung. Es el relato final de los Hechos de Tomás, un texto apócrifo. Allí aparece, en boca de ese apóstol que se encuentra en la cárcel, esta narración que se titula “El cántico de la perla” o “El cántico del alma”.

El hijo menor del rey y la reina es enviado a Egipto para rescatar una perla única que había sido arrebatada por una serpiente. El joven príncipe acepta de buen grado la misión pero al llegar al lugar y comer de los alimentos de esa región el olvido lo envuelve. Él olvida que es hijo de reyes y olvida la perla. Y cae en un profundo sueño. Cuando sus padres son advertidos de esto, le envían una carta que vuela a su encuentro y con su voz lo despierta diciéndole:

"¡Recuerda que eres hijo de reyes!
¡Mira la esclavitud en la que has caído!
¡Recuerda la perla por la que has sido enviado a Egipto!"

Entonces el joven retoma su misión, domina a la serpiente, recupera la perla y regresa al reino para recibir nuevamente sus vestiduras reales.

Que este antiguo relato gnóstico también pueda ayudarnos hoy a resumir el mensaje del conjunto de este trabajo: despertar y recordar, tomar mayor conciencia de quiénes somos y cuál es la misión que tenemos. En definitiva, asumir, cada día más plenamente, nuestra propia identidad.

BIBLIOGRAFÍA

Bertherat, Thérèse, *El cuerpo tiene sus razones*, Paidós, 13ra., Buenos Aires, 2006.

Campbell, Joseph, *El héroe de las mil caras*, Fondo de Cultura Económica, 9na., Argentina, 2010.

Grün, Anselm, *Transformación*, Lumen, 3ra., Buenos Aires, 2008, pp. 54s.

Jung, C. G., *Aion,* Paidós, Argentina, 2008; *El hombre y sus símbolos*, Caralt, Barcelona, 1997; *Recuerdos, sueños, pensamientos*, Seix Barral, Chile, 2009; *Símbolos de transformación*, Paidos, Argentina, 2008; *Tipos psicológicos*, Editorial Sudamericana, 10ma., Argentina, 1972.

Nouwen, Henry, *La voz interior del amor*,

Progoff, Ira, *La psicología de C. G. Jung y su significación social*, Paidós, Buenos Aires, 1967.

Zweig, Connie y Wolf, Steve, *Vivir con la sombra,* Kairós, 3ra., Barcelona, 2008.

ACERCA DEL AUTOR

Daniel R. Genovesi nació en Venado Tuerto, Argentina, y esta casado con su esposa Mercedes, con quien tiene dos hijas. Se formó en humanidades en las áreas de filosofía, teología, psicología y recursos humanos. Actualmente se desempeña como Obispo en la Iglesia Anglicana del Uruguay. En sus publicaciones ofrece elementos para poder desarrollar el potencial personal trabajando la problemática existencial del hombre de hoy y ofreciendo nuevas perspectivas para acceder al autoconocimiento y a la autotrascendencia a través de historias y testimonios personales. Sus obras publicadas son "Transformación interior", "Qué hizo el hijo mayor?", "Querido hermano" y "El poder oculto" (novela policial). Actualmente está en edición "EXELIXH: Crónica de un viaje asombroso". Sus obras pueden verse en la siguiente dirección de Google Site:

https://sites.google.com/s/0BxQ0KwrS_RLEU2N1QUVxelZkM2s/p/0BxQ0KwrS_RLEZUtXMHlhWENjQUU/preview?authuser=0

Sus datos de contacto son:

E-mail: danielgenovesi@gmail.com
Facebook: Daniel Genovesi
Whatsapp: +598 99 377 785