

PORTARSE BIEN CON UNO MISMO

- Anselm Grün -

INTRODUCCION: ¿RIGOR O MISERICORDIA?

A los mejores primitivos les gustaban mucho estas palabras de Jesús: “ El reino de Dios padece violencia, y sólo los violentos lo alcanzarán” (Mt 11, 12). Para ellos tenían un significado ascético. Sólo el que se hace violencia, el que se decanta totalmente por un reino de Dios, entrara en el Reino de los cielos. Así lo advertía el monje Macario: “ Queridos hijos, haceos también vosotros un poco de violencia para que consigáis la única virtud, pues está escrito: ‘ El reino de Dios pertenece a quienes se hace violencia’ ” (Am 171, 3). Y Zacarías, un padre primitivo, definía el monacato a partir de esas palabras de Jesús: “ Dentro de mis cortos conocimientos, creo, padre, que el monje es una persona que se hace violencia en todo” (Apo 243). Algo similar dijo Juan Kolobos: “Así hacen los skiototas (los monjes del desierto Skitis en Egipto): Infundir confianza a quienes pasan por alguna prueba, y hacerse violencia a sí mismo para ganar para el bien a los demás” (Apo 333).

Los exegetas no están hoy de acuerdo sobre cómo interpretar el texto de Mt 11, 12. La traducción ecuménica dice así: “ Desde los días de Juan el Bautista hasta hoy el reino de los cielos sufre violencia; y los violentos pretenden acabar con él”. Está claro, pues, que interpreta el texto en el sentido de que los violentos impiden la llegada del Reino de los cielos: “Los violentos se apoderan del reino para impedir que los hombres entren en él” (Grundmann, 309). Los monjes primitivos lo entendieron de otro modo: el reino de los cielos viene con violencia, se abre paso irrevocablemente. Pero se necesitan hombres decididos a ganárselo. “ Los hombres decididos, sobre todo contra sí mismo, se apoderan del reino de Dios que se abre paso con violencia” (Grundmann, 309). Estas palabras de Jesús movieron a muchos monjes a ser violentos consigo mismo. Y muchos cristianos se sirvieron de ellas para justificar la ascesis violenta con que sometieron sus pasiones. Para muchos relatos de santos, la violencia contra sí mismos era un signo inequívoco de santidad.

Esta ascesis agresiva condujo a los cristianos a una actitud igualmente agresiva con quienes no tenían su fe ni pensaban como ellos. Pues la voluntad de Dios es determinante. Y ante ella todo el mundo tienen que inclinarse, cueste lo que cueste. Los pueblos tienen también que someterse a ella. Así se explica el uso de la violencia para convertirlos a la fe. Esto explica también la interpretación errónea de las palabras de Jesús para justificar algunos métodos misionales realmente agresivos. Lc 14, 23: “ Id a todas las calles dentro y fuera de la ciudad y obligad a venir a la gente hasta que se llene mi casa”. Es el “ compelle intrare” latino, el obligar a entrar. En este pasaje tiene su base la misión violencia en las Indias, que hace que los cristianos tengan una deuda con los indios que nunca se saldará. Una actitud ante la fe igualmente agresivo se percibe también hoy en la Iglesia. Los rigoristas, tanto de izquierdas como de derechas se comportan violentamente consigo mismo y con aquellos a quienes combaten. A teólogos fieles al concilio se les tacha de herejes y a menudo adoptan con ellos un comportamiento insultante y agresivo. Mientras tanto ellos reclaman para sí la exclusiva de la ortodoxia. A los que piensan de otro modo les llaman hijos de mala madre o espías de Satanás. Y les desean lo peor de los infiernos. Un lenguaje tan agresivo y tan duro no

tiene consideración alguna para con los demás, carece de tacto y sólo saber ser cruel e inmisericorde con quienes piensan de otro modo. Se remiten además a Jesús, pero no se dan cuenta de que se lo más contrario a lo que él era, manso y misericordioso, cercano a los pecadores y a los paganos. En nombre de Jesús, manso y comprensivo, se procede violentamente contra hombres que no defienden la misma línea teológica.

Pero no debemos limitarnos a buscar el rigorismo y la dureza en los grupos conservadores, como en los devotos militarse de María o en los progresistas radicales, a veces tan poco o incluso misericordiosos que aquellos. Todos tendemos a ser agresivos con nosotros mismos, y además muchas veces en nombre de Dios. Lo sé por propia experiencia. Hasta la universidad fui muy duro conmigo. Tenía que acabar con mis necesidades y con mis sentimientos. Tenía que ponerme por encima de todo servicio del ideal, tenía que luchar sin reservas y con todas las fuerzas por el reino de Dios. Afortunadamente sufrí en esa época una crisis profunda que derrumbó el edificio de mi vida y Dios me fue construyendo poco a poco una casa nueva y acogedora. Analizaré las causas que pueden dar lugar a un comportamiento tan riguroso con uno mismo y buscaré en una Biblia y en la tradición espiritual caminos que nos lleven a un trato más misericordioso con nosotros mismos. Veremos también que Jesús nos llamó, no a la violencia, sino la paz, a ser buenos con nosotros mismos.

EL FENÓMENO DE RIGORISMO

El rigorismo no es actualmente un fenómeno exclusivo de los círculos religiosos. Los fundamentalistas crecen también en el ámbito político y configuran cada vez más el rostro de nuestro mundo. Los fundamentalistas musulmanes tienen al mundo en el puño. En Alemania y Francia los radicales de derecha se pasean por las calles y vociferan públicamente sus mensajes. Rigoristas los hay en todos los movimientos sociales. Hay ecologistas rigoristas, vegetarianos rigoristas, antiabortistas rigoristas y xenófobos rigoristas. Puede que los objetivos que persiguen sean incluso justos. Pero desde luego no lo son ni sus métodos ni sus sistemas para conseguirlos. Les sobra obsesión y dureza. Parece como si el futuro del mundo dependiera de que se guarde una u otra dieta, de que siga a este o aquel gurú, de que se utilice uno u otro método de gimnasia. En la Iglesia no sólo están los grupos que se adueñan de la ortodoxia y quisieran excomulgar herejes a todos los demás. También hay muchos otros grupos que buscan lo espiritual, que conviven en paz con los demás y no juzgan a nadie, pero que son muy duros consigo mismos, que practican una ascesis que hace violencia al hombre.

CAUSAS DE LA DUREZA CONTRA UNO MISMO

La violencia contra uno mismo hunde casi siempre sus raíces en la historia de la propia vida. Hay hombres que de niños han sido heridos. Si no ven sus heridas, si no las asimilan ni se reconcilian con ellas, están condenados a herirse permanentemente a sí mismos y también a los demás. El dolor que el niño sintió al ser herido fue tan grande que tiene que reprimirlo para volver a vivir. Pero la represión del dolor hace que, para poder sobrevivir, haya que eliminar poco a poco todo sentimiento. Hans Böhringer (Grün, 56s) cree que ese niño ha hecho inconscientemente este juramento: “ Los dolores

que he tenido que aguantar y soportar han sido tan grandes, que mi cupo de dolor está ya más que cubierto para siempre. ¡Ni un solo dolor más en mi vida!”. Un niño así se niega a confiar en alguien. Cree que tiene que solucionar sus problemas por sí solo; y, aunque intuye que solo no va a lograrlo, es fiel a su juramento. Una señora me contó que cuando era niña tuvo que esperar muchas veces a su madre debajo de una farola, hasta que llegaba a casa. Su padre no había vuelto de la guerra. Su madre tuvo que trabajar muy duro para sacar adelante a los dos niños. Por eso los niños se sentían completamente como sin hogar. Tenían miedo de ir a casa por si aparecía algún hombre desconocido. Para superar esta tremenda situación, la señora tuvo que reprimir una y otra vez sus sentimientos. Y le iba estupendamente. Pero su vida estaba cada vez más vacía. Y ahora, ya adulta, no era capaz de sentir nada. Por fin, esta carencia de sentimientos la movió a hacer algo para que su vida volviera a valer la pena.

A un niño se le hiere sobre todo cuando no se toma en serio ni su peculiaridad ni su exclusividad, cuando no se tienen en cuenta sus sentimientos o se les toma a broma. Para John Bradshaw esto es una herida espiritual. Para él, espiritualidad es sobre todo sentimiento: “ Yo soy el que soy”. Pero si al niño no se le toma en serio en su identidad, se le hiere en su yo más profundo. “ La herida espiritual es la realmente responsable, más que cualquier cosa, de que de adultos seamos unos niños carentes de autonomía y enormemente vergonzosos. La historia del ocaso de un hombre y de una mujer así comienza precisamente cuando a ese estupendo, valioso, peculiar y precioso niño, el ‘Yo soy el que soy’ ya no le dice nada en absoluto” (Bradshaw 66).

Al niño se le hiere en su misma yoidad, cuando no se le ama por sí mismo, por lo que es. “ La frustración del anhelo de ser amado como una persona y de experimentar que su amor también es aceptado, es el mayor drama que le puede suceder. Los padres en una familia desunida no están en condiciones de darle al niño lo que necesita, pues ni ellos mismos lo tienen. Lo que pasa en realidad es que a la mayoría de los niños de familias desunidas se les causan las mayores heridas precisamente cuando más daño les hacen” (68). Estas heridas les mueven a cerrarse interiormente y a creer por despecho que no necesitan para nada del amor. Pero se trata de una reacción a la desesperada que endurece al hombre cada vez más y cada vez le deja más vacío. Protegerse contra esa herida le lleva a aislarse de los demás y le incapacita para entablar una relación auténtica. Eso lleva a la persona a decir no a un amor por el que en realidad suspira en lo más hondo de su ser.

Todo niño herido en su interior reacciona violentamente hacia fuera o hacia adentro. Bradshaw cree que el niño herido “ es en gran parte responsable de la violencia y de la crueldad en el mundo” (29). Habla de Dawson, cuyo padre era un bestia y lo maltrató corporalmente. “ Cuando se convertía en el niño pequeño de antes que tiritaba de miedo su padre se ponía violento, ya no se sentía seguro de sí. Se identificaba con el yo de su padre. Se convertía en su padre. Cuando una situación le recordaba las brutales escenas de la niñez, se despertaban en él los viejos sentimientos de impotencia y angustia. Dawson se convertía entonces en su padre violento y maltrataba a los demás igual que su padre lo maltrataba a él” (30). Bruno Bettelheim ha observado este mismo fenómeno en los supervivientes de los campos de concentración alemanes. Para ello recurre a la clásica explicación del psicoanálisis: “ Identificación con el agresor” (30). Hasta dónde puede llegar esta identificación, cabe deducirlo de lo que cuenta un terapeuta judío, cuya madre había sido cruelmente maltratada en un campo de concentración por los nazis. Lo realmente trágico era que utilizaba contra su hermana las mismas palabrotas

con la que habían deshonrado los nazis. Las heridas que no son asimiladas nos fuerzan a transmitir las, a herirnos a nosotros mismos o a los demás.

Una forma de herirse a sí mismo es autocastigarse. “ Nos castigamos de modo similar a como hemos sido castigados de niños” (35). Dirigimos contra nosotros las agresiones del pasado que no hemos asimilado. A veces el autocastigo adopta la forma de depresiones o de síntomas psicósomáticos como úlceras o intestinales, dolores de cabeza, dolores de espalda. Una forma de autocastigarse es acusarse la culpa de todo. Uno se humilla, se considera el peor de los hombres y quita todo valor a lo que hace, siente o piensa. Sigmund Freud ha afirmado “ que las acusaciones de maldad real que uno se hace no corresponden y mucho menos encajan con lo que es la propia persona. Pero tienen que ver con una persona a la que el enfermo ama y contra la que se dirigen tales acusaciones a causa de un amor decepcionado” (Pohlmeier, 678). El autocastigo puede a veces traducirse en autolesiones o mutilaciones contra uno mismo. Para Affemann, muchos accidentes no son más que una forma de autocastigo. En las fábricas están los típicos “accidentados”, esas personas que constantemente dejan caer el martillo sobre los dedos de sus pies o se magullan los dedos de las manos. En el accidente, puede manifestarse una agresión reprimida contra la propia persona. Nadie provoca adrede un accidente. Pero motivos como el autocastigo pueden tener su importancia en el inconsciente. Aunque nadie salga ganando en un accidente, sin embargo el accidente puede esconder también una agresión oculta contra otros. “El hecho de que en accidentes, sobre todo si son de tráfico, se vean también implicadas otras personas, pone en manifiesto que encubren agresiones contra el entorno” (Ibíd., 681ss).

Otro motivo de la conducta rigorista con uno mismo puede deberse a una educación unilateral que resalta sobre todo virtudes masculinas como la dureza y la lucha, e infravalora los sentimientos. Cuando el niño se da cuenta de que su vivencia y sus sentimientos carecen de importancia, de que no se puede llorar, de que no hay que apretar los dientes para seguir viviendo, entonces hará lo posible para dominar día tras día sus sentimientos y acostumbrarse a esta dura situación. Siguiendo a Sigmund Freud, algunos psicólogos han dicho que la agresión es algo innato en el hombre. Hoy, sin embargo, la mayoría de los psicólogos cree que la tendencia a la violencia está ahí en el hombre. Pero esa tendencia puede ser dominada o fomentada por la sociedad. “El comportamiento violento del hombre en definitiva, depende casi exclusivamente de que se le haya educado o no para una conducta violenta” (Bailey, 44). Experimentos realizados por algunos psicólogos “ han demostrado que a los hombres se les ha enseñado desde niños a ser o hacerse tan violentos como demanda la sociedad” (Ibíd., 44). La agresión hacia fuera corresponde siempre a la dureza del hombre consigo mismo.

Pero los niños se vuelven agresivos no sólo cuando se les educa con dureza, sino también cuando la educación que se le da no tiene objetivos claros, cuando en aras de la tranquilidad los padres acaban siempre cediendo, y entonces los niños perciben que no se les toma realmente en serio.

Psicólogos de la universidad de Stanford << han llegado a la conclusión de que tanto los castigos corporales como lo contrario, la excesiva laxitud, tiene mucho que ver con la agresividad infantil . La excesiva laxitud la entiende claramente el niño en el sentido de que sus padres aprueban su conducta agresiva . Por el contrario, son muy pocos los niños

agresivos procedentes de hogares con unas normas claras de comportamiento, que se les han inculcado desde muy pequeños con amor y sin castigos << (Ibíd. ., 55).

El niño que ha recibido poco afecto muy a menudo responde con angustia . Es la angustia ante el rechazo, ante la soledad, la angustia ante el fracaso y la culpa, la angustia frente a la vida. EL niño trata de liberarse de la angustia volviéndose extremadamente riguroso. Al no hallar apoyo en sí mismo, trata de asentarse firmemente donde haya exigencias claras y rigurosas a las que puede agarrarse con fuerza . La violencia contra sí mismo no es, pues, más que el intento de superar la profunda angustia que siente en su interior y que se debe a su falta de seguridad . Pero este intento de eliminar la angustia está condena a fracasar.

Pues no hay ritos ni normas, por firmes que sean, ni dureza ni rigor, que puedan acabar de una vez con la angustia .

La desconfianza es, junto a la angustia, otra de las causas del rigorismo. El niño no se fía ni de sí ni de los demás .Y como no puede entablar ninguna relación clara y sólida con sus padres, desconfía de todo el mundo y cualquier relación es para él inseguridad y riesgo . Y cree que la única forma de superar la desconfianza para consigo mismo es someterse a una normas muy precisas . Esas normas le dan la confianza de que de alguna manera puede vivir decentemente, aunque las agresiones y las emociones formen en su interior una bomba que puede explotar en cualquier momento. Las normas son un seguro contra esta bomba . Pero lo que no dan es una auténtica vida .Porque la mayor parte de la energía hay que gastarla en aguantar la bomba y en impedir que explote. Otra causa de la dureza para consigo mismo es un falso idealismo. Sólo me siento bien cuando sigo ciertos ideales.

Mi sentimiento de autoestima depende de que sea fiel a mi ideal. Me identifico tanto con este ideal que me he formado, que reprimo todo lo que no tiene que ver con él . Pero cuanto más me reprimo, tanto más angustiado me siento ante el volcán que hay en mí y cuya erupción puede suceder de un momento a otro . Para impedirlo, refuerzo las órdenes y los ritos, pongo cada vez más arriba el ideal, me vuelvo cada vez más exigente y duro conmigo mismo .Me obligo a ser fiel al ideal e inicio así una especie de deporte de alta competición . El listón estará cada vez más alto y el esfuerzo para saltarlo tiene que ser cada vez mayor .Y acabo por forzarme, por exigirme demasiado . Creemos que lo que Dios quiere es que alcancemos este o aquel ideal, es decir, que seamos siempre dueños de nosotros, siempre volcados a los otros, dando sin cesar, jamás egoístas . Pero no es la voluntad de Dios, sino nuestro ideal, lo que colma nuestro orgullo. La voluntad de Dios es que el hombre viva . Lo dice san Ireneo: <<Gloria Dei, vivens homo>>. Es decir: <<La gloria de Dios es que el hombre viva>>. La voluntad de Dios nos pone en relación con la imagen que Dios tiene de nosotros . Dice santo Tomás de Aquino que todo hombre es una manifestación irrepetible de lo divino. Y el mundo se empobrecería si cada uno de nosotros no fuéramos un reflejo único de Dios.

La represión de las propias necesidades e instintos lleva a ser agresivo consigo mismo y a ser duros con los demás. Sobre todo cuando se trata de la represión sexual. El psicólogo suizo Furrer ha mostrado cómo la represión de la sexualidad lleva a adoptar actitudes brutales con los demás.<< Una mentalidad antisexual tiene además el peligro de aumentar la agresividad; en realidad, una actitud que reprime rigurosamente la sexualidad es ya agresividad en sí misma. Y una fuerte agresividad no se soluciona sin más, sino que se atrinchera, cuando se reprime, en una actitud de la conciencia<<

(Furrer,30). Cuando se reprime la sexualidad, se impide que el niño la vaya humanizando.<< Paradigma cumbre de la relación entre sexualidad y agresividad<< es para Furrer el confesor de santa Isabel, Konrad de Marburg.<< Esta personalidad autoritaria estaba vinculada a Isabel con un vínculo claramente sexual. No es que tuviera con ella relaciones sexuales, pero sí utilizó con ella una forma sádica de sexualidad, a saber, la desnudó y la convirtió en su rehén . La sexualidad, que en esta relación no podía manifestarse como amor, asumió la forma de una agresividad extremadamente violenta contra la mujer y contra las mujeres, convirtiéndose en uno de los peores cazadores de brujas que condujo a la hoguera a muchas mujeres inocentes<<(Furrer, 31). La brutalidad con que mucha gente piadosa se trata a sí misma y a sus necesidades, no es sino expresión de una sexualidad reprimida .Muchos se tiranizan precisamente cuando quieren desprenderse de todas las pulsiones sexuales.

La peor secuela de las pasiones reprimidas es la crueldad que se esconde en la conciencia . Cuando se impide que el niño sea agresivo mediante la violencia, esa agresión inhibida se pasa al superyo, a una conciencia rigurosa .Dice Furrer:<<La crueldad que se esconde tras una conciencia muy severa es una de las formas de agresión más peligrosas.

Quizás no se le puede hacer frente, sobre todo si es inconsciente. Su buen fin la legitima y justifica sus métodos crueles. Se convierte así en un baluarte en el que anidan sus deseos de poder no realizado y en el que ejercen un señorío que puede ser mortal<< (Furrer,24). Furrer ve en el superyo del hombre una agresividad primigenia.<<El superyo, con su violencia y su severidad implacable, a menudo parece estar más al servicio del placer de un inconsciente afán de dominio, que al servicio de una buena causa<<(Ibíd.,21). La razón de un comportamiento así está para Furrer en la educación . Cuando los padres son muy rigurosos consigo mismos y con sus hijos, también el << superyo del niño se llena de agresiones y sentimientos de poder... La introyección de unos padres súper –rigurosos y autoritarios genera un superyo primitivo y agresivo<<(Ibíd.,19). Muchos padres tratan de evitar con castigos la agresividad de los niños.

Pero sólo surte efecto en un primer momento . Lo trágico es que la agresividad inhibida se trasfiere al superyo y se dirige contra uno mismo. Para Furrer la única salida de esta agresividad está en ser paciente consigo mismos y con los hombres que nos rodean . El que quiera ser paciente y tolerante tiene que admitir <<que lo insignificante, lo defectuoso, y hasta lo malo está ahí presente en cierta medida y lo seguirá estando en adelante. Quien no pueda aceptarlo será irremediablemente intolerante . Quien no tolere las faltas tendrá que ser a la fuerza riguroso <<(Ibíd.,23).

FORMAS DE FALTA DE AMOR A SÍ MISMO

Peter Schellenbaum, en su libro ¡Abajo la autodestrucción!, Presenta al héroe griego Sísifo como paradigma de la autodestrucción , de la violencia del hombre contra sí mismo. Pero ya mucho antes Josef Rudin, para ilustrar el perfeccionismo, se sirvió de la saga de Sísifo y de Procrustes <<con el fin de recordar hasta qué punto estos hechos psíquicos recogen experiencias y conocimientos primigenios de la humanidad<<(Rudin, 220). Esto me sugirió la idea de buscar en las leyendas griegas símbolos de la violencia

contra sí mismo. Schellenbanum llama autodestrucción a la violencia contra sí mismo. Los héroes griegos, cuya vida suele acabar en un tremendo castigo, son paradigmas de la autodestrucción del hombre. El castigo muestra cómo un falso enfoque de la vida puede destruir al hombre, y también cómo puede echarse a perder con falsos listones. En él podemos identificar los rasgos rigoristas característicos que imposibilitan una vida madura. Lo que los antiguos griegos dijeron ya en su tiempo, podemos constatarlo hoy en nuestra sociedad. Pues en ella hay suficientes <<héroes << que con su rigor y su dureza son capaces de destruirse a sí mismos y de destruir a los hombres.

Ahí está Sísifo. Tiene que empujar una pesada piedra hasta la cumbre.<< Pero cuando ya está llegando arriba, el peso se hace tan grande, que Sísifo ya no puede con la piedra y ésta se precipita violentamente hacia abajo... y ahí está otra vez Sísifo tratando de subir la piedra para alejar de sí el hado de la mortalidad. Y así una y otra vez, siempre la misma desgracia. Sísifo está cada vez más crispado y obstinado, pero también más desanimado<<. Schellenbanum ve a Sísifo encarnado en los hombres <<que dan la impresión de ser al mismo tiempo héroes esforzados y resignados que nunca pierden el control sobre sí mismos y que a pesar de ello cada vez les toca vivir más situaciones que claramente le quitan su control: fases de pobreza radical de estímulos, ruptura de relaciones, fracasos profesionales, es decir, acontecimientos que hacen que lo que se había ido construyendo poco a poco se derrumbe de repente y se precipite por los suelos <<(Schellenbaum, 56s)>>. Estos hombres<<hacen más que nadie para coger las riendas de su vida y tenerla bajo control. Más radicales que los otros, se les escapa de improviso todo el control y se desploman >> (Ibíd.,57).

La dureza que refleja la figura de Sísifo es el control sobre sí mismo, pero que a lo que lleva en realidad es a una vida absolutamente incontrolada. El control no da vida, la impide. Una mujer me contó todo lo que sufrió porque controlaba todos sus sentimientos. Lo que de verdad quería era sentir sencillamente, recobrar en plenitud el sentimiento.

Pero todos los sentimientos que afloraban en ella eran controlados inmediatamente como por una fuerza inevitable.

La espontaneidad era imposible; tenía un miedo enorme a que sus sentimientos no estuvieran bajo control. Ella quería sentir, pero su mecanismo interior de control era más fuerte.

La alejaba de la vida que con tanta fuerza deseaba. El que quiere controlar todos sus sentimientos y sus acciones, gasta mucha energía consigo mismo. Por eso no le quedan ya fuerzas suficientes para rodar la piedra hasta la cumbre. Y claro, se para cuando ya está llegando a la meta, y se derrumba completamente. Todo esfuerzo es inútil. Hoy podemos observar este mecanismo en muchos hombres. A menudo algunos ejecutivos de empresas me parecen héroes típicos al estilo de Sísifo. Tienen que controlarse para dar impresión de seguridad ante sus clientes y no mostrar ningún punto débil. Unos toman psicofármacos para fingir seguridad. Otros tratan de mantenerse en forma con demasiado ejercicio físico. Pero siempre llega el momento en que la fachada se derrumba y todo el sistema de control se viene al suelo.

Ahí está Procrustes, el descoyuntador de miembros, como lo llama en la leyenda griega el ladrón de Damasco . Es un monstruo gigantesco y un salteador de camino que hace prisioneros a los caminantes . Luego los tiende en su lecho.

Cuando el prisionero es demasiado pequeño le estira los miembros hasta que es tan largo como el lecho. Y cuando es demasiado grande, los acorta para conseguir lo mismo.

En cualquier caso, el desprevenido caminante ha de morir a manos de Procrustes. Con la expresión <<lecho de Procrustes>> se denomina todo esquema preestablecido, en el que uno se introduce a presión . Para Rudin, Procrustes es el paradigma del perfeccionista, que <<acorta radicalmente, silencia, dobla y violenta todo lo que no se ajusta al lecho de Procrustes, a su rígido campo de comprensión << (Rudin, 229)>>.

Con frecuencia es nuestra imagen ideal a la que nos acomodamos violentamente. Nos estiramos todo lo que haga falta para ajustarnos a las dimensiones de nuestra imagen ideal, de nuestro lecho de Procrustes .Y cortamos de un tajo todo lo que se opone a ella o la supera .Quien sigue el esquema de Procrustes, se destroza a sí mismo. No puede perdonarse que Dios lo haya hecho como es. Su ideal es más importante que la voluntad de Dios . Su preocupación no es desarrollar la imagen que Dios le ha dado. Él tiene de sí su propia imagen. La ha recibido de sus padres o de sus maestros. O es fruto de su ambición, de sus sueños de una vida heroica. Pone todo su empeño en conformarse a esta imagen, bien estirándose, bien encogiéndose. Claro que con esta actitud muchas de sus posibilidades se cortan de raíz .

Y muchos se verán tan presionados, que morirán por sobreestiramiento. Hércules venció a Procrustes y lo tendió en su propio lecho. Allí acortó sus miembros hasta que pereció miserablemente. Con su mensaje, Jesús venció al Procrustes que estaba encarnado en la ley judía . Mira a cada uno y ve lo que le va bien . Sus normas no son iguales para todos, sino que estudia detenidamente a cada uno por dentro para ver qué es lo que realmente le va . Es el caso del joven rico, que florecería en toda su amplitud si fuera capaz de renunciar a su riqueza (cf. Mc 10, 17s).

Tántalo es otro héroe griego . Es hijo de Zeus, padre de los Dioses, que le colma de riquezas y le invita al banquete de los Dioses . Allí bebe Tántalo el néctar dulce como la miel y como ambrosia, la comida divina que da la inmortalidad. Tántalo se vuelve orgulloso y se jacta de los secretos que los Dioses le han confiado. En su petulancia quiere saborear la omnisciencia de los Dioses, mata a su hijo Pélope y se lo presenta a los Dioses como comida. Sólo Démeter come de los hombros con tristeza por su hija Perséfone; los demás Dioses reconocen al hijo asesinado y lo recomponen haciéndolo mucho más bello que antes. A Tántalo se le castiga enviándolo a los infiernos. Allí tiene que soportar tres clases de sufrimiento. En medio de un inmenso calor está en un estanque de agua cristalina . Pero cuando se inclina para beber, el agua se retira. Tiene un hambre terrible.

Sobre su cabeza hay ramas cargadas de peras, manzanas e higos muy apetitosos. Pero cuando quiere agarrar alguna de estas frutas, viene un viento huracanado y las empuja hasta las nubes. Sobre él pende una piedra enorme que continuamente amenaza desprenderse y destrozarle. Tántalo es el paradigma de todos los hombres que creen que

todo les esta permitido. Esa sobre valoración de sí le lleva a ser cruel consigo mismo. No son conscientes de sus limites.

Retan a Dios situándose por encima de todas las leyes. Así pues, esa supervaloración de sí mismo les provoca los terribles sufrimientos de Tántalo, que jamás podrán calmar.

Todo lo que intenta coger para calmar su hambre y su sed, se tira. Hay hombres que en medio de la abundancia se mueren de hambre y de sed porque son incapaces de vivir el instante y de saborear lo que se les ofrece. Pues siempre quien más. En medio de la vida que se les ofrece son alejados de la vida. Para esta leyenda, los que sobrepasan la propia medida se comportan mal consigo mismo.

Tántalo es también un paradigma del hombre codicioso. Al menos para Schellenbaum. El hecho de dar a su hijo como comida a los Dioses es una buena muestra de su desmesura. << Su desmesura le lleva a destruir su propia carne y su propia sangre – tremendo signo de autodestrucción – y por eso se les castiga a ir a los infiernos. El codicioso abusaba de su cuerpo hasta acabar con él y por ello se le castiga incapacitándole para disfrutar >>(Schellenbaum, 124). La codicia hace imposible el autentico disfrute. El codicioso << Quiere apoderarse del placer pero su satisfacción es nula.

En esto consisten los dolores tantálicos del hombre codicioso >> (Ibíd.; 124). Los hombres codiciosos nunca están contentos. Siempre creen que la gente se ha quedado corta con ellos aunque hayan consumido lo mejor y lo mas caro. Le es imposible vivir y disfrutar el instante, y por eso se muestran siempre insaciables. Mientras disfrutan, están ya pensando en otro disfrute mayor, y claro, así se están haciendo daño, están siendo crueles consigo mismo y se están procurando los sufrimientos de Tántalo. Están condenados a pasar de largo por la vida, a perseguir codiciosamente el disfrute y sin embargo a no poder disfrutarlo.

Prometeo es sin duda el Titán más conocido. Es nieto del divino Urano. Formo a los hombres y se preocupo por ellos. Cuando los Dioses platearon sus relaciones con los mortales, Prometeo probó a los Dioses con una artimaña .

Por eso Zeus lo castigó y quitó al hombre el fuego, el último don que le había hecho . Entonces Prometeo lo robó. En castigo se envió a Pandora a vivir entre los hombres y sacó de su caja toda clase de desgracias para ellos . Hefesto (Vulcano) encadenó a Prometeo a una roca vertical del Cáucaso y su pecho fue atravesado por una aguja de diamante.

<< Zeus enviaba todos los días un águila para que comiera del hígado del encadenado . Pero éste volvía a crecer, de manera que su sufrimiento no tenía final << (Schwab, 15).

Hércules le liberó treinta años después . Prometeo es el paradigma de los hombres que crecen que pueden robar a Dios lo que quieren . No son humildes ni tienen respeto a Dios .

Todo hombre que se empina sobre sí mismo acaba aterrizando en su propia prisión . Está encadenado a la piedra de su mortalidad . Y quien se rebela contra Dios, será herido por la vida, todos los días vendrá el águila a comer su hígado . Rebelarse contra

Dios es rebelarse contra la vida, es herirse a sí mismo, es encadenarse a la roca, desde donde lo único que se puede hacer es mirar impotente cómo la vida pasa ante tus propios ojos.

Prometeo es el paradigma del hombre que cree que todo lo puede por sí mismo . Para él, sobran los Dioses y también su bendición . Hombres así, hombres como Prometeo los hay ahora más que antes .

Ahí está el hombre occidental, que se cree capaz de hacer del mundo lo que quiera, porque tiene poder sobre él . No tiene por qué respetar el orden que Dios ha dado a este mundo . Prometeo robó el fuego con el que se puede acabar con este mundo. Los militares disponen actualmente de bomba atómicas que pueden destruir el mundo mucho más que el fuego . Y ahora hay también muchos hombres que juegan con fuego, que pueden desencadenar un conflicto militar, sólo para realizar sus deseos.

Los hombres como Prometeo creen que en su esfera personal pueden ser dueños de su vida, que pueden hacer los planes que quieran. Así pues, la vida seguiría el curso que le trazara de antemano. No cuentan desde luego con que Dios se le puede cruzar en la planificación de su vida. Hay algunos hombres que viven por su cuenta, que no están en contacto con su inconsciente, que todo lo planean a base de conocimiento y voluntad y que apenas hacen sitio al corazón. Antiguamente el hígado se consideraba la morada del sentimiento. Pero si el águila come el hígado de Prometeo, le hiere precisamente donde radican los sentimientos. El hombre prometeico, carente por completo de sentimiento, esta permanentemente condenado a confrontarse con ellos.

Pero esos sentimientos están heridos, torturados, devorados.

La función del hígado es desintoxicar. Tiene la responsabilidad distinguir lo que podemos tolerar y lo que nos puede intoxicar. Y se pondrá enfermo si se ingiere demasiada grasa o demasiado alcohol. Dethlenfsen cree que el hígado reacciona a la desmesura y a la excesiva fantasía del hombre poniéndose enfermo y así le invita a evitar el exceso (cf. Dethlenfsen, 193). En Prometeo el hígado comido es el paradigma del hombre que ya no sabe lo que es bueno y que se perjudica con su desmesura y con sus fantasmagorías.

Faetón le pide a su padre Helios, Dios del sol una señal con la que puede demostrar a sus compañeros de juego que es el hijo del Dios del sol. Su padre le invita a pedir una gracia. En su ignorancia Faetón le pide que le deje guiar el sol durante un día. El padre le implora que desista que se ha pasado al pedir. << Pero Faetón siguió impertérrito en su petición irracional. Sólo porque lo había jurado, el Dios del sol le llevo al tiro que destellaba de oro, plata y joyas>> (Schwab, 21). Faetón no puede dominar el tiro. El carro del sol se acerca demasiado a la tierra. Los caballos van al galope por todo el mundo, y bajo ellos arden los bosques, hierva el agua en el mar y la ciudad se quema por todas partes. Con un rayo, Seus arroja del carro al temerario jovencuelo. Abriendo se sumerge en una corriente. Faetón es el paradigma del hombre que se encadena así mismo.

Que por haber expresado un deseo, tiene que seguir ahí para siempre . No tolera que nadie le aconseje, ni siquiera su buen padre. En esta terquedad se trasluce una gran dureza consigo mismo. No se permite ni un solo fallo, que pueda echarse atrás de un

deseo; para él no tiene sentido que se abandone un plan, lo cual le lleva a la perdición . Se considera síntoma de debilidad y de inconstancia no mantener la palabra, el deseo y el pan . Pero en esta terquedad se someten todas las ideas interiores. La mayoría de las veces creen estos hombres que se han aferrado a sus deseos y planes . Ellos mismos se prohíben corregirse . Prefieren que su vida sea un fracaso total a admitir una falta, a cambiar de dirección una y otra vez. Se quedan, pues con la impresión de que todo va a acabar muy mal, de que éste es el destino de su carrera. Hay ahora muchos hombres que no quieren descubrir a los demás sus puntos flacos y prefieren acabar en la ruina . Sus amigos se sienten a veces importantes . Prevén su terrible final, pero son incapaces de hacérselo ver, de hacerles volver y de moverles a tomar la decisión que les conviene. Otra forma de crueldad es embriagarse con su propia grandeza . Muestra de ella es el mito griego en la historia de Icaro y Dédalo, padre de Icaro, era un famoso arquitecto. Pero era incapaz de aguantar a nadie junto a sí .

Por eso mata a Talos, hijo de su hermana, que trabajaba con éxito en su taller . Viaja a Creta y allí construye para el rey Minos el famoso Laberinto . Luego quiso marcharse de allí, pero el rey le obligó a permanecer. Entonces, para poder huir, construyó una alas con plumas y cerca para su hijo y para él . Y así volaron por el mar . El padre dice al hijo que no vuele ni demasiado bajo por el agua, ni demasiado alto por el sol . Al principio Icaro vuela con precaución.

Pero luego se deja embriagar por ese vuelo tan suave . Se olvida de la advertencia de su padre y vuela cada vez más alto . Cuando se da cuenta de que el sol derrite la cera de sus alas, ya es demasiado tarde . Desesperado intenta remar en el aire con sus brazos . Pero como una piedra se precipita en el mar . Dédalo lo ve, dirige su vuelo hacia la isla más próxima y espera a que el mar empuje su cadáver a la costa . Y allí pasa triste el resto de su vida, hasta que la muerte le libera de su melancolía . Los dos se comportan cruelmente consigo mismos . El padre no aguanta a nadie a su lado .

Al matar a su compañero de trabajo, asesina su propio alma.

Y ya sólo puede vivir huyendo . Sus éxitos pueden hacerle olvidar por algún tiempo el vacío de su vida . Pero al final le alcanza inexorable su destino . Cuando muere el hijo en quien había puesto todas sus esperanzas, ya sólo le queda languidecer lleno de melancolía .

Que el comportamiento de Dédalo con su hijo ha sido realmente cruel, no puede dudarse . De lo contrario, Icaro no se habría emborrachado en sus facultades y posibilidades. El padre, que no aguanta a nadie a su lado, quiere ver a su hijo más alto que nadie . El hijo quería al menos superar en algo a su padre, ante quien nunca ha tenido la más mínima oportunidad de acreditarse . Vivir sin oportunidades con su padre, le impide saber realmente hasta dónde es capaz de llegar . Se queda, pues, sin referencia y por eso fracasa . En la actualidad hay muchos aventureros del cielo como Icaro, que plenamente confiados en sus propias posibilidades, se estrellan bruscamente contra el suelo .

En la política y en economía hay también muchos aventureros del aire que trepan mucho antes que otros por sus vericuetos . Pero tan rápidamente como han subido vuelven a caer y se hunden en el abismo . Cuando la prensa aúpa demasiado pronto a la fama a un joven deportista, lo que hace es perjudicarlo . Pues no le deja tiempo para ir

progresando poco a poco . Y es que todo el mundo espera de él unas prestaciones tan grandes que un joven deportista es imposible que logre durante mucho tiempo . Hay muchos aventureros que desde muy jóvenes ganan mucho dinero en la bolsa . Pero llegan a perder el sentido de la medida y terminan en una verdadera catástrofe, a la que arrastran también a toda su familia.

Aventureros, arribista los hay también en la espiritualidad . Hay hombres que se fijan altos ideales, que borrachos de experiencias espirituales creen que pueden llegar cada vez más alto, que pueden situarse cada vez más cerca de Dios y sentir sólo a Dios . También hay gente joven que hacen demasiado pronto planteamientos muy extremos . Tienen experiencias espirituales y están tan entusiasmados que se olvidan de la vida que eliminan . Echan un tupido velo sobre sus sombras y sin duda alguna son absorbidos por ellas . Hay jóvenes que piensan que si optan por Cristo y se convierten, nada podrá sucederles, ninguna crisis se interpondrá en su camino . La fe les ayudará en esta tarea . Estos aventureros del cielo se saltan su propia realidad, está claro que no se toman en serio su propio cuerpo . Se olvidan de que no sólo son hijos del cielo, sino que son también hijos de la tierra . Sólo podemos subir hasta Dios si tenemos el valor de bajar a lo más hondo de nuestra realidad, a la oscuridad de nuestras sombras . La opción por Dios que hemos hecho en nuestra juventud tenemos que mantenerla en los altibajos del día a día y de las distintas etapas de la vida y ratificarla permanentemente, instante tras instante.

Niobe es otro paradigma de la autodestrucción . << Niobe estaba orgullosa de lo que había recibido en regalo de los Dioses sin mérito alguno por su parte . Estaba orgullosa de su prudencia y de su belleza . También lo estaba de su padre Tántalo, que era amigo de los Dioses y participaban en sus banquetes celestiales . Y también de su marido a quien las musas le habían dado el arpa mágica, a cuyo toque se habían construido las murallas del castillo real de Tebas . Pero de lo que más orgullosa estaba era de sus catorce hijos; sus siete fuertes hijos y sus siete hermosas hijas llenaban de alegría su corazón . Se consideraba la más feliz de todas las madres y de todas las mujeres . Pero este orgullo le trajo la perdición << (Schwab, 56). Cuando las mujeres tebanas quisieron adorar a la Diosa Leto y su gemelos Apolo y Artemisa, las incitó a que la adoraran a ella y a sus catorce hijos porque se lo merecía mucho más que Leto que sólo tenía dos . Esto provocó la ira de los Dioses . Entonces ésta, con la ayuda de sus dos gemelos, la aniquiló junto con sus catorce hijos e hijas. << Sola y profundamente encorvada, la antes orgullosa Niobe se sentó en medio de los cadáveres de sus niños . Su sufrimiento era enorme y estaba como petrificada . Se convirtió en una piedra, pero sus lágrimas no cesaban . Brotaban sin cesar de sus ojos de piedra, que antes habían mirado orgullosos la belleza y la felicidad de su familia . Un huracán levantó la piedra por los aires y la llevó secuestrada a la patria de Niobe, a los montes de Lidia .

Todavía se puede ver allí entre los peñascales, en rocas de mármol con rostro humano . De sus ojos fluyen lágrimas sin fin . Y nadie puede consolarla <<(Ibíd., 58).

Niobe no está en sí . No siente su vida, sino que está orgullosa de lo que ha recibido sin mérito por su parte, a saber, de su padre, de su marido y de sus hijos . Construye su vida sobre otros hombres . Se define por sus hijos, por su belleza, por lo que tiene . No se apoya en sí misma, no tiene identidad alguna, está vacía y aburrida . Su identidad le viene de lo que tiene . Quien no recorre el camino hasta lo más hondo de su alma para conocerse y para descubrir la imagen de Dios que hay en él , queda excluido de la vida .

No tiene acceso a sí mismo y por eso tampoco puede acceder ni a la vida ni al amor .

La autodestrucción puede verse también en otra postura de Niobe. Niobe se compara con la Diosa Leto y cree que al tener tantos hijos y tan hermosos se merece la adoración como una Diosa mucho más que ella, que sólo tiene dos gemelos . Esta comparación le hace muy difícil vivir . <<La necesidad de compararse se debe a ideas que la alejan del instante>>, afirma Schellenbaum (Schellenbaum, 112). Esta necesidad de compararse se observa en nuestro lenguaje coloquial .

En él todo tiene que ser <<supe <<. La necesidad de compararse hace que sea imposible una relación fluida con los demás y empuja al aislamiento . Es como si el sentido de la vida viniera de fuera << (Ibíd., 113) . El que se compara con otros, siempre cojea de alguna pierna . Porque siempre hay algo que los otros tienen y yo no. Para poder mantener el tipo en la comparación, tengo que fijarme en mis propios valores y cerrar los ojos ante la riqueza de los otros . Niobe no tiene en cuenta que Leto es una Diosa . Lo único que ve es que sólo tiene dos hijos frente a los catorce que ella ha traído al mundo . Le es imposible ver lo que vale Leto porque está ciega y tiene unos celos enormes . La necesidad de compararse lleva con frecuencia a utilizar un lenguaje realmente exagerado . << En nuestra vida todo tiene que ser “súper “ . ¿Dónde está , pues, lo pequeño, lo insignificante, lo que no llama la atención? Y sobre todo, ¿cuántos rivales tenemos que poner fuera de combate para seguir siendo ‘super’?>>(Ibíd.,113).

Como Niobe sólo se afirma desde fuera porque sólo se define comparándose con otros, no puede soportar el dolor que le infligen los Dioses. También el dolor le viene de fuera . No es cosa suya y por tanto poco podrá cambiarla.

No puede manejar el dolor, porque el dolor es lo que la identifica. Se petrifica . La necesidad de compararse y de valorarse la conducen a destruirse a sí misma, a petrificarse.

Del rostros petrificado de Niobe fluyen ininterrumpidamente lágrimas. Pero estas lágrimas no son en ella signos de vida , sino muestras palpables de su vacío interior. Las lágrimas pueden transformar el dolor en vida, incluso en alegría .

Pero las lágrimas de Niobe, que fluyen como automáticas de sus ojos, son signos de muerte. El rostro que muestra mis simpatías y mis antipatías está petrificado. Mis ojos se han puesto rígidos, ya no pueden mirar a nadie a los ojos.

Quien vive de compararse con los demás, tiene sus ojos ciegos . No pueden ver nada porque sólo miran siempre hacia uno mismo .

Estos son algunos ejemplos de héroes griegos . Los filósofos griegos tenían razón cuando interpretaban alegóricamente las historias de los Dioses y de los héroes, cuando veían en ellas un profundo significado . Las leyendas griegas muestran los éxitos y fracasos de la vida humana . Como cuentos de tiempo posteriores, rebosa sabiduría . A través de los héroes a que nos hemos referido, todos los cuales fueron castigados por sus erradas actitudes ante la vida, las leyendas nos muestran algunas formas de autodestrucción, que también ahora podemos ver a menudo en nuestro mundo . Nos dicen cómo acaba el hombre que se construye sólo con sus fuerzas, que quiere controlar

y tener todo en un puño, que no deja de compararse con los demás, que se mantiene tercamente en las decisiones que tomó una vez y sólo se define desde fuera .

RIGORISMO EN LA VIDA ESPIRITUAL

En muchos hombres espirituales podemos observar formas de rigorismo en el trato consigo mismos y también frecuentemente en el trato con los demás . Este trato duro consigo mismo se da nada más cometer una falta o cuando se sienten culpables. Muchos cristianos creen en la misericordia de Dios, pero esta fe no influye nada en su vida , cuando contraviene sus normas. Entonces es cuando afloran las peores autoinculpaciones . Lo sé por propia experiencia .

Aunque sé que puede fallar porque Dios me acepta como soy y siempre me perdona, me enjuicio duramente cuando vuelvo a cometer una falta, cuando vuelvo a hablar mal de otro aunque he hecho el propósito de no volver a hacerlo .

Me pongo verde y me digo : <<¡Vaya, otra vez! Lo podrías haber evitado . Tenías que haberte esforzado más . Tienes que poner más interés . No sirve para nada . Tienes que dominarte <<. Autoinculpaciones así surgen en mí cuando no me domino y tomo chucherías por la tarde o cuando me dejo llevar por otros gusto . Todo lo que yo pueda haber dicho hasta entonces sobre cómo comportarse correctamente con las pasiones, no sirve para nada . De lo profundo de mí ser emerge ahora la dureza de antes . Y por mucho que me diga que mis pasiones pueden llevarme a Dios, siempre abrigo la ilusión de llegar alguna vez a dominarlas por completo, de acallarlas . Reconciliarse con las propias faltas y debilidades, con las propias pasiones, llevarlas amistosamente en vez de gritarles y reprimirlas, es un proceso que dura toda la vida .

Sobre todo no tenemos piedad de nosotros mismos cuando somos culpables . Nos destrozamos con sentimientos de culpabilidad, nos consideramos los mayores pecadores y a menudo nos castigamos por ello. Josef Rudin, teólogo suizo que enseña en el Instituto C.G. Jung, ha descrito con mucha precisión cómo precisamente el perfeccionista se mueve continuamente en el círculo de la culpa y de sentimiento de culpabilidad:<<El complejo de culpabilidad de los perfeccionistas entra en funcionamiento donde hay sombra de culpa, donde hay en juego debilidades, fallos humanos y pequeñas insignificancias cotidianas . Siempre y en cualquier parte cabe la posibilidad de ser culpables, de resbalar en el parquet de la vida y de manchar el blanco vestido aparentemente deslumbrante . El perfeccionista siempre tiene miedo de verse envuelto en culpabilidades <<(Rudin,212).

Sus angustias de culpabilidad le atormentan por doquier.

Examina todas sus acciones para ver si no se ha deslizado entre ellas algún resto de culpa .Después de conversar con alguien se pregunta si no ha sido egoísta , si de verdad su punto de vista ha sido equilibrado . Pero lo peor es que el perfeccionista no admite ninguna culpabilidad personal relacionado con su culpabilidad real, cuando se le dice, por ejemplo, <<que es un egoísta, que en lo único que piensa es en tener su conciencia tranquila>> (Ibíd.,213). <<Al perfeccionista, esto le hiere en lo más profundo y le molesta enormemente, es para él una tremenda humillación , casi un aniquilamiento,

pues ha hecho un gran esfuerzo para vivir una vida plena e inocente . Todo en él se resiste a asumir una culpa real, pero desde hace años soporta culpas imaginarias << (Ibíd.,214). El hombre normal que conoce sus fallos y debilidades, se asombra de que el perfeccionista esté tan obsesionado con sus sentimientos de culpabilidad, pero que no sea capaz de asumir su culpa real. El perfeccionismo es <<una enfermedad que convierte a los hombres en seres atormentados y angustiados, aplastados bajo el peso de sus sentimientos de culpabilidad << (Ibíd.). El perfeccionista es muy cruel consigo mismo a causa de la culpa . Nunca puede estar contento porque siempre olfatea alguna culpa y su angustia culpable le hace sufrir tanto que jamás está tranquilo.

He acompañado a un sacerdote que hablaba mucho y con mucha convicción de la misericordia de Dios. Pero a la vez creía que tenía que ser poco misericordioso consigo mismo. No disponía ni de un solo instante para él. No podía tener hobby alguno, porque tenía que estar siempre a disposición de los demás. Si por casualidad tenía un minuto libre, enseguida pensaba sino era mejor ir a visitar a los enfermos del hospital que tener tiempo libre para él. Y como siempre se presentan ocasiones de amar al prójimo, se exigía siempre el máximo en este punto y se abandono así mismo por completo. No tenía tiempo ni de organizar su casa, cada día se sentía mas molesto. Y no se atrevía a pedir a su madre que le ayudara, por no molestarla. Tras muchos años de hacerse daño por empeñarse en satisfacer los deseos de su madre, se decidió a buscar compañía. Nuestro amor al prójimo encubre muchas veces una actitud dura para con nosotros mismos. En este caso no sirve de mucho decirse que hay que amar al prójimo como así mismo, que solo se puede amar al otro si uno se ama a sí mismo. El conocimiento por si solo no sirve para nada por la desconfianza tan profunda que sentimos ante nosotros mismos y ante nuestros deseos. Mas uno se sacrifica por nuestros padres ancianos sin darse cuenta de las agresiones que esa actitud supone en él, agresiones contra sus padres y contra sí mismo, porque no se atreve a obedecer los que siente.

Una ascesis malentendida puede hacer a uno agresivo contra sí mismo. Nuestra tradición occidental ha entendido el concepto griego de ascesis, de ejercicio, de entrenamiento para conseguir algunas destrezas, para progresar interiormente, de forma negativa, a saber, como mortificación. La misma palabra expresa ya agresividad. Pues algo en nosotros ha de ser mortificado, eliminado, violentamente suprimido. Lo que se pretende con la ascesis es dominarse a sí mismo, ser dueño de todos los pensamientos, sentimientos y pasiones. Muchos han concebido su ascesis como si se tratara de una alta competición. Cada vez ponen el listón mas alto, para ser cada vez más dueños de sí mismos. Desgraciadamente, la ascesis es para muchos cristianos una especie de tiranía sobre las propias necesidades y deseos. Decía Henry Bremond que el penitenciarismo es tan peligroso como el hedonismo. Que renunciar sea siempre mejor que disfrutar no tiene nada que ver con el mensaje de Jesús. Pero igual de negativa es la postura que piensa que mi vida espiritual siempre me tiene que servir para algo, que siempre he de tener pensamientos fantásticos. Pero el hedonismo puede presentarse con otros ropajes. Lamentándose, por ejemplo, de lo difícil que es todo. La postura ascética de los siglos pasados, muchos hombres la viven ahora dolorosamente: << No hay nada que hacer. Así me han educado .

Es todo muy difícil . No puede cambiar de la noche a la mañana . No tengo más remedio que aceptarme como soy << .

En esta postura dolorosa hay mucho de falta de esperanza y de ausencia de autoestima, de agresividad ante sí mismo, mientras que una ascesis auténtica adopta una actitud positiva frente a uno mismo.

La comprensión equivocada de la ascesis griega como mortificación ha causado mucha infelicidad en occidente .

La ascesis mortificante ha perjudicado a menudo al hombre, porque le ha dado muchos consejos sin tener en cuenta su estructura espiritual . <<A la luz de los actuales conocimientos de psicología profunda, muchos consejos ascéticos no sólo son inoperantes, sino que ponen directamente también en peligro la salud espiritual << (Rudin, 186). Cuando sólo se combaten los síntomas y no identifican sus causas en la psique del hombre, <<esa ascesis funciona como un formidable aparato represivo con todas sus funestas consecuencias (Ibíd.,187). La ascesis ciertamente puede ser combativa . Pero tiene que tener en cuenta la naturaleza del hombre . Y ésta tiene muchos estratos . El que se mortifica sin tener en cuenta la naturaleza humana, da entrada en escena a <<la ley del ´contrapeso´ de los instintos... Cuando se reprimen los instintos sexuales en vez de educarlos, quizás comienza entonces a florar un impaciente e incluso agresivo afán de prestigio, que a veces se camufla con motivos religiosos << (Ibíd., 197). También hoy la gente se interesa por la ascesis . Pero no puede luchar contra el hombre, sino que tiene que estar a su favor . Y tiene también que asimilar los conocimientos psicológicos que son patrimonio de todos . Porque si no, nos perjudica y nos lleva a una paralización en la vida religiosa, a la esterilidad religiosa y a la parálisis psíquica (cf. Rudin, 187).

La perversión de la ascesis en el cristianismo ha sido sobre todo por culpa de los perfeccionistas, que han entendido mal las palabras de Jesús: <<Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto << (Mt 5 ,48). Cuando Jesús afirma que hay que ser perfectos, quiere decir ser plenos, no indefectibles. El perfeccionista quiere parecerse a Dios cada día más . Quisiera identificarse con él . Pero la identificación con Dios como máximo paradigma, puede introducir al hombre en <<una especie de espiral de exigencias cada vez más altas consigo mismo, de opresiones dolorosas y de sentimientos depresivos de inferioridad << (Ibíd., 174). El perfeccionista se ha construido un sistema de presión que se manifiesta en exigencias de renuncia muy concreta y en un gran número de oraciones y de ritos. Los perfeccionistas <<se imponen la observancia de una serie de oraciones y de buenas obras tan rígida como pedante, cuyo cumplimiento es el objetivo de su vida. Este ritual somete al hombre, no lo libera, sino que cada día le infunde más terror, acrecienta poco a poco el número de ritos o al menos exige un cumplimiento cada vez más intenso << (Ibíd., 225). Si el sistema coercitivo consta de exigencias cada vez más altas, termina con frecuencia en un diletantismo ascético . Cuando no se tiene en cuenta la estructura del alma humana, algo termina por forzarse . Cuando se desconoce la vida instintiva y las necesidades del cuerpo, sólo se piensa en la mortificación . La consecuencia es que los instintos reprimidos retornan y constantemente piden la palabra, o como síntoma neurótico . << Con una hábil acrobacia de la voluntad las tentaciones serán rechazadas, las necesidades del alma ignoradas, los impulsos del sentimiento sometidos << (Ibíd. ., 227) .La consecuencia de todo esto es un hombre sin sangre, sin alma y sin espíritu .

Lo que queda es un alma náufraga . La ascesis se convierte en mortificación, en autodestrucción .

Con ello, los hombres han mortificado sus pasiones, sus necesidades. Y lo hicieron como si les diera absolutamente lo mismo comer una cosa que otra . Ya no querían disfrutar en absoluto . Pero quien rechaza todo placer se vuelve insoportable y agresivo . La prohibición absoluta del placer esconde mucha agresividad . El mundo es decididamente perverso . No podemos ponerlo a nuestro servicio, no podemos disfrutarlo . El hombre está ahí para ofrecer sacrificios, no para disfrutar ni para tener una vida hermosa . A esta actitud condujo también una falsa inteligencia de la pasión de Jesús . Que el sufrimiento forma parte de la vida es evidente.

Pero no podemos ir por la vida buscando el sufrimiento.

Dios nos ha creado lo primero de todo para vivir . Y Jesús ha venido para darnos la vida en plenitud . Pero quien quiera vivir de verdad, tiene que estar también preparado para decir sí a lo que le crucifica, al sufrimiento que puede salirle al paso . El que dice sí a su pasión , también puede disfrutar de la vida . Pues no tiene por qué vivir siempre angustiado pensando que Dios puede quitarle alguna vez todo lo que tiene . Esta es una actitud típicamente pagana, tal como se presenta en la lucha de Polícrates. Policrates tiene la sensación de que nunca podrá ser feliz, de que tras la felicidad viene necesariamente la infelicidad. Por eso no puede alegrarse con su felicidad . En cristiano se trata de la alegría por lo que Dios nos regala, sabiendo que también nos lo puede quitar, pero sin la angustia de que él nos lo volverá a quitar porque no nos permite la felicidad.

Una religiosa que tenía dolores de espalda descubrió que sus tensiones no era sólo corporales, sino también expresión de su crueldad consigo misma . Había expulsado de su interior todos los pensamientos no cristianos . Tuvo, pues, que contraer todos sus músculos para impedir que afloraran los sentimientos y las pasiones que creía incompatibles con su vida religiosa . Había intentado acabar con sus problemas intensificando su oración . Pero incluso en su propósito de rezar y meditar más percibió un algo de agresividad . Rezar más siempre es bueno. Pero cuando se trata de expulsar violentamente de uno mismo todo lo negativo, lo que pasa es que uno se esclaviza a sí mismo. La hermana tenía claro que había de dominarse utilizando la violencia . Y toda su religiosidad no era sino la expresión de esta violencia para consigo misma . No es tan sencillo descubrir la autodestrucción en una piedad de este calibre. Uno se cree que es bueno, lo único que quiere es cumplir la voluntad de Dios . Y con oraciones y renunciaciones intenta progresar en el camino interior .

Todo esto está lleno de buenas intenciones, pero eso no significa que sea siempre bueno . Pues con nuestra buena voluntad a menudo nos saltamos nuestra propia realidad . Y no nos fiamos de que para Dios todo lo que hay en nosotros tiene un sentido y que él puede cambiar todo lo que constituye nuestro ser . Creer que Dios puede cambiarnos no nos exige que tengamos todo en un puño, sino que le ofrezcamos honradamente todo lo que hay en nosotros .

No se trata de tener que elegir entre trabajar activamente en sí mismo o adoptar la actitud pasiva de dejar pasar . Ser piadosos exige siempre que seamos activos . Y nuestra actividad consiste precisamente en estar atentos a nuestros pensamientos y sentimientos, a nuestras pasiones y necesidades, a nuestras angustias y anhelos, para

presentarlos todos ante Dios, hablando con él para saber qué quiere decirnos con ello, para conocer cómo quiere que seamos .

Un sacerdote que había sido educado por una madre angustiada, religiosa y extraordinariamente conservadora, se dio cuenta de que en su religiosidad había una gran dosis de agresividad . Creía que tenía que rezar sin descanso .

Cuando paseaba en bicicleta por los alrededores . Sólo se sentía satisfecho cuando rezaba por lo menos tres rosarios .

Todo lo que hacía tenía que tener un contenido religioso, pues de otro modo no era bueno . Tuvo que aprender poco a poco disfrutar de la bicicleta, a dar gracias a Dios por su maravillosa creación . Y se dio cuenta de que pedalear agradecido por la creación es otra forma de orar sin tener que rezar tantos rosarios . Una religiosidad así deja traslucir una gran desconfianza, a saber, que el hombre es malo . Y sólo es bueno si hace muchas cosas, si reza muchas oraciones y hace muchas prácticas religiosas.

Otra forma de violencia contra sí mismo es infravalorarse . Muchas veces se cree que eso es humildad. Pero ser humilde es tener el valor de reconocer la propia verdad, es atreverse a bajar a lo más hondo y sombrío de uno mismo, y reconciliarse con las zonas oscuras del propio ser . Sin embargo, humildad es aquí sinónimo de infravaloración .

Uno se tiene por lo peor que puede existir, por el mayor pecador . Todo pensamiento es malo . No se ha hecho absolutamente nada . No se tiene nada que presentar antes Dios. Todos los pensamientos son satánicos y no se vale para nada . La infravaloración puede expresarse con frases como ésta <<No intereso absolutamente a nadie . Soy tan aburrido, que nadie me mira a la cara . Soy más lento que los demás .

A uno como yo nadie le necesita . Soy una auténtica carga para todos . Soy incapaz de aportar algo a los demás <<. Estos y otros pensamientos parecidos pasan por muchas cabezas.

Y muchos no se dan cuenta de lo crueles que son consigo mismos con estos desprecios . La infravaloración de uno mismo no es más que el reverso de su propia sobrevaloración . Como no se es el mejor, uno se considera el peor . El caso es ser siempre superlativo . Si no se es más santo, por lo menos se es más perverso . Uno se niega a ser una persona normal con sus puntos fuertes y sus puntos débiles, con su lado positivo y su lado negativo . Reconciliarse con uno mismo y con su medianía, sería humano, estaría a tono con Jesús.

A veces esta infravaloración se hace de una forma muy sutil . Algunas veces uno no se tiene por el peor . Más bien cree que está en el buen camino . Pero cuando habla , es evidente que no muestra sus verdaderos sentimientos . Una religiosa cuenta cómo ha vivido un conflicto con una compañera . Se infravaloraba constantemente : <<Esto no es correcto .

No puede manifestar mis sentimientos porque son muy confusos . ¡Adónde voy a ir a parar si sólo vivo según mis sentimientos! Los otros siempre tienen razón . No puedo pensar así de ningún modo <<. Y no pensó que la compañera podía ser también culpable del conflicto, o que el problema podía no ser suyo . Lo que uno piensa sobre

alguien no tiene ningún valor . El otro o la otra siempre tienen razón . A veces esta infravaloración se disfraza de autoinculpación . Cuando hay tensiones en la familia, en la empresa o en el grupo, uno se echa toda la culpa . Rechaza toda reflexión objetiva sobre cómo ha surgido la tensión . Se está incondicionalmente dispuesto a cargar con toda la culpa . Hay hombres que cargan sobre sí toda la culpa de lo que pasa a su alrededor . Tienen la culpa de todo . He conocido muchas madres que se consideran las únicas responsables de los problemas que surgen en sus familias . Siempre protegen a sus maridos y a sus hijos . Y todo lo que pasa es sólo porque no son buenas madres .

Una forma de agresividad contra sí mismo es la actitud de cordero pascual . sólo Cristo es el cordero pascual que quita el pecado del mundo . Cuando alguien se siente cordero pascual, no sólo hay en esa postura una agresión contra sí mismo, sino a menudo también contra los demás . El cordero pascual es para C. G. Jung un concepto arquetípico que no nos corresponde. Con él nos elevamos sobre nosotros mismos . El que siempre carga con todo, el que siempre echa sobre sus hombros los problemas de los demás, se sobrevalora a sí mismo . Y es muy duro consigo . Sobre todo provoca agresiones en los demás . Estos preferirían estudiar y solucionar el conflicto con él . Pero contra un cordero pascual es imposible luchar . Porque le sienta muy mal . Porque le vienen sentimientos de culpabilidad. El cordero pascual provoca en nosotros sentimientos de culpa y así adquiere poder sobre nosotros . Precisamente en este poder sobre los otros se manifiesta la tendencia agresiva del cordero pascual .

Igual que con el cordero pascual, tampoco nos sentimos a gusto con los hombres que encarnan los << sufrimientos de Cristo >>. El que va por la vida con un aire de dolor, impide que los demás disfruten de ella . Una estudiante me contó que en su residencia no podía silbar alegremente por la mañana o presentarse a desayunar con cara de alegría . Su compañera de estudios se pasaba toda la mañana con una cara muy larga . Y además le echaba agresivamente en cara que su alegría era una pura farsa . Que con los problemas que hay, no se puede uno reír de esta manera . Que todo es esconder tras esta apariencia de dolor. Como a todos los demás les es tan difícil vivir están obligados a renunciar a toda alegría y a mostrarse así de depresivo. Sólo así se es honrado . Normalmente la depresión implica autoagresión .

Pero siempre esconde también gran cantidad de agresiones hacia fuera . Hay que obligar a los demás a reprimir sus sentimientos.

La misma enfermedad puede encubrir ambas cosas : agresión contra sí mismo y agresión contra los demás . Una alumna me contó que una compañera tenía frecuentes jaquecas . Con ello tiranizaba a toda la clase . La jaqueca puede deberse a una excesiva presión sobre sí mismo o a que se reprimen pensamientos y deseos . Puede ser, pues, consecuencia de una actitud dura consigo mismo . Pero también puede esconder un gran poder con el que se domina a los demás . Una estudiante me contó que su padre había tenido un infarto . Y en la familia ahora nadie podía llevar la contraria por miedo a que el infarto pudiera repetirse . Esto es un indicio de la gran cantidad de agresión que puede haber tras una enfermedad . Muchas enfermedades psicósomáticas son síntomas de agresión contra uno mismo . La agresión que se reprime, se dirige hacia el propio cuerpo.

Así dice Jürgen von Scheidt: << Toda enfermedad es en cierto modo autodestrucción >> (Scheidt,56).

Los ideales cristianos pueden malentenderse a veces y ser signos de agresividad contra sí mismos . La pobreza no es sólo un voto de los religiosos . Es una actitud de todo cristiano . La pobreza es el signo de nuestra debilidad y de nuestra dependencia a Dios . Desde una perspectiva social, pobreza es estar dispuestos a compartir la vida y los bienes con los demás . Pero la pobreza se convierte a menudo en una actitud de negación de la vida . Cuando alguien se da algún gusto, tiene siempre mala conciencia . Y es que las necesidades que hay en el mundo son muy grandes. Conozco algunos jóvenes que ahorran todo su dinero para darlo para los que pasan hambre en África . Una actitud que hay que aplaudir . Pero a veces este idealismo va unido a una actitud muy agresiva . Porque si veo que alguno de los africanos a quienes he dado mi dinero se lo gasta en tomarse una cerveza, me siento muy mal . Por lo tanto, lo que he dado no es realmente un don, pues con ello quiero conseguir una parcela de poder . Una vez que di ejercicios, había un joven muy idealista. Se enfadaba constantemente porque se ponía demasiado comida en la mesa . Con la mantequilla podía bastar, pues la miel no se necesitaba para nada . Una madre que estaba en silencio y que necesitaba más comida, dijo: <<¿Es que sólo puedes comer poco si nosotros comemos poco? >>. Una pobreza de esta clase puede esconder mucha negación vital . Uno no comerá , pero los demás tampoco. Y cuando alguien se permite algo, se despierta en los demás mala conciencia .