

Nicole Claveaux (ilustración para la colección Las Copias. Caja de Ahorros de Sevilla, 1981)

ECOLOGISTAS Y AMBIENTALISTAS

Murray Bookchin (1)

ECOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

La ecología no trata simplemente el problema de las relaciones de los seres humanos con el mundo natural, sino también el de las relaciones de los seres humanos entre sí. No hay sólo una ecología natural, hay también una *ecología social*, una *ecología urbana*.

La visión ecológica de las cosas consiste en una visión global, en saber que "el todo es más grande que la suma de sus partes". La visión ecológica de las cosas es, además, una visión del mundo que considera que la unidad y la diversidad son las reglas de oro del desarrollo natural, tal como son del desarrollo social. Las nuevas técnicas ecológicas y las comunidades ecológicas deben fomentar la diversidad. Cuando se habla de fuentes alternativas de energía, por ejemplo, el verdadero problema está en encontrar un mosaico diversificado de fuentes de

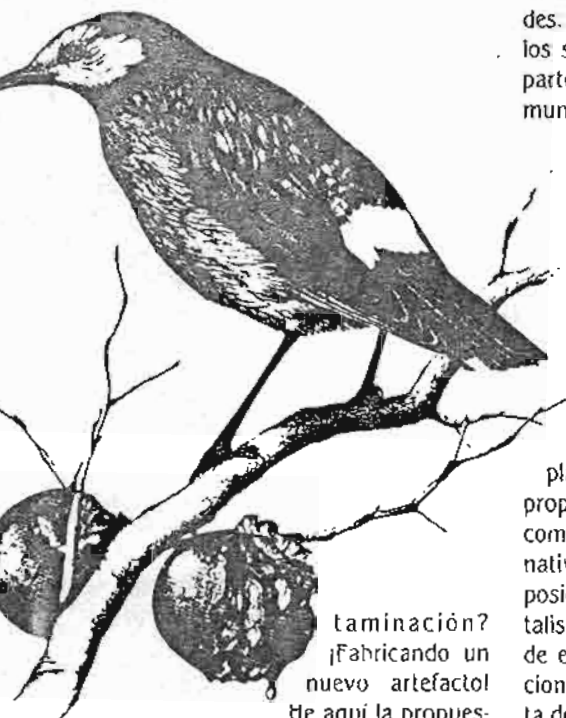
energía. La energía solar no es una solución por sí sola, ni la energía eólica. Pero utilizando estas dos energías en combinación con la energía geotérmica o la hidroeléctrica podemos diversificar las fuentes de energía a disposición de una comunidad. Estas fuentes de energía suministrarían una nueva base energética que utilizaría muy pocas o quizá ninguna de las fuentes tradicionales de energía. La diversificación se emplea aquí como solución al problema energético.

Los ecólogos saben que la evolución conduce a una diversificación constante de las formas de la Vida en toda la Tierra.

En el presente, sabemos que la solución al problema de los agentes nocivos, por ejemplo, pasa por la interacción de diversos grupos de especies, que conduzca a un equilibrio armonioso. Cuanto más rudimentario y menos variado es un ecosistema, más expuesto está a una invasión por agentes nocivos. Cuanto más complejo, menos probable es una invasión de dichos agentes.

Esta óptica se aplica a todas las facetas de la vida. El ser humano completo es un ser humano total, que tiene estímulos muy variados y una existencia muy rica. La sociedad más rica es la sociedad en la que sus miembros son gentes altamente individualizadas, donde el yo puede participar directamente en la autodeterminación de la sociedad.

Esto constituía la base del desarrollo de la sociedad helénica antigua: cada uno era un aficionado a todas las cosas, y así devenía un ser humano completo. La "Regla de Oro" griega deriva de esta visión de las cosas, al igual que la concepción del "hombre completo" del Renacimiento. Y, por tanto, tal visión es simplemente una visión ecológica aplicada a la naturaleza humana junto a la naturaleza biológica. Aquí hay que hacer una distinción muy importante entre una propuesta ecológica y una propuesta simplemente ambientalista, que supone una manipulación de las cosas sobre la base de principios tecnológicos. ¿Cómo impedir la con-



laminación?
 ¡Fabricando un
 nuevo artefacto!
 He aquí la propues-
 ta medio-ambientalista: elaborar la anti-
 gua tecnología, no para una tecnología
 ecológica, sino para crear un nuevo apa-
 rato que mejore la tecnología existente.

¿INGENIERÍA ECOLÓGICA ES IGUAL A ECOLOGÍA?

La mayor parte de los técnicos y científicos son más medio-ambientalistas que ecologistas. El medio-ambientalismo una forma de lo que se podría llamar "ingeniería ecológica". La naturaleza no está considerada como un todo orgánico, sino como un hábitat. El mundo natural sólo se mira como un capital de recursos naturales. Esto sucede porque se habla de "mejorar" el medio ambiente, y por tanto se aportan soluciones medio-ambientalistas, al estilo de una "poción mágica". Los medio-ambientalistas piensan que es necesario administrar el medio ambiente de manera que éste no sea nocivo para los seres humanos. Yo añado que los urbanistas parten de las mismas premisas medio-ambientalistas. Consideran la ciudad como un receptáculo de "recursos urbanos" más que como una verdadera comunidad orgánica. La proposición ecológica es fundamentalmente diferente. La ecología se interesa en realidad por las interrelaciones complejas y las cadenas alimenticias, así como por el desarrollo espontáneo de diversos fenómenos dentro de la naturaleza.

En ecología no se considera al hombre como algo que dispone de su entorno pa-

ra adaptarlo únicamente a sus necesidades. ¡Desde un punto de vista ecológico, los seres humanos no son más que una parte de un todo muy amplio llamado mundo natural! No están emplazados en la cima de la naturaleza, o sentados en la cumbre de la pirámide de los seres vivos, sino que son una de las facetas de la naturaleza. Nosotros no somos los Señores del Universo, como la Biblia quiere hacernos creer —los dueños de todo aquello que vuela, reptá o nada—, sino una parte del mundo natural que debe buscar una relación armoniosa con él. El planteamiento ecológico se opone a la propuesta medio-ambientalista. Tomemos como ejemplo las fuentes de energía alternativas. Quienes intentan aplicar una proposición estrictamente medioambientalista al problema de las nuevas fuentes de energía, acuden a artefactos y "soluciones" que reflejan mejor el punto de vista de los ingenieros que el de los ecologistas.

TECNOLOGÍA SOLAR "DURA" Y "BLANDA"

Examinemos por ejemplo la proposición de resolver nuestros problemas energéticos con la instalación de un gigantesco reflector solar en el espacio de 35 km.². Esto es un planteamiento estrictamente medio-ambientalista al problema de la energía solar. Supone recurrir al mismo género de soluciones de hace cien años para resolver los problemas energéticos. Estamos siempre en plena Revolución Industrial, en el reino de la búsqueda del provecho. Para los medio-ambientalistas, los verdaderos problemas son "la eficacia" y el provecho, y la solución se encuentra en el gigantismo industrial. Pero los problemas de orden tecnológico no pueden ser resueltos con el desarrollo de una tecnología que excede infinitamente la comprensión de los individuos a los que se considera ha de servir. Un planteamiento ecológico toma por medida la escala humana, que es también la escala natural. En la medida en que los seres humanos son considerados formando parte del medio ambiente —el mundo natural—, las soluciones tecnológicas deben ser soluciones accesibles a su comprensión. Se trata de volver a la relación de las personas con la naturaleza, a una escala que permita a cada individuo comprender claramente el papel que la naturaleza desempeña en su vida.

Para utilizar el sol no es preciso crear una gigantesca instalación en el espacio, que pertenecería a una jerarquía de industriales. Por el contrario, su utilización debe basarse en una solución descentralizada que favorezca la formación de comunidades ecológicas y el intento de adaptar "a medida" y de forma muy suave las tecnologías a los ecosistemas que envuelven las comunidades. De esta forma, la tecnología crearía unas relaciones verdaderamente orgánicas entre el hombre y la naturaleza. Seríamos capaces de aprehender, por nuestra experiencia inmediata, el papel desempeñado por la tecnología dentro de la armonización del hombre con su medio natural. De igual forma, las comunidades se adaptarían a los ecosistemas y estarían dentro de la escala de comprensión de cada miembro de la comunidad. Los individuos aprenderían a fabricar sus propias tecnologías (éstas no serían unas fuerzas misteriosas que les sobrepasarían infinitamente). Más bien al contrario: la tecnología se transformaría, desde un punto de vista ecológico, en mediador en lo tocante a la naturaleza, en un medio de utilizar las fuerzas naturales de una forma profundamente humana. Hay pues una gran diferencia entre las dos propuestas.

Consideremos por ejemplo el concepto de la "nave espacial Tierra", que se nos ha hecho familiar por los escritos de Buckminster Fuller y su lenguaje cibernético. Se trata realmente de medio-ambientalismo, de "ingeniería" de la naturaleza. La naturaleza está formada entonces por "recursos" y no está considerada como un todo. Un planteamiento ecologista no sabría qué hacer con este tipo de lenguaje. El planteamiento de los medio-ambientalistas implica una actitud típicamente jerarquizada de cara a la naturaleza: el hombre controla la naturaleza, se considera a sí mismo por encima de todo lo que vive y "administra", pues, la naturaleza para su exclusivo provecho.

La aproximación ecologista es muy diferente. Es obvio que las diferencias existen pero no dan lugar a una jerarquización. Los seres humanos son distintos de los animales, pero ni superiores ni inferiores a ellos. Lo mismo puede decirse en cuanto a la vegetación, y lo mismo también en cuanto al suelo. La conferencia de Estocolmo fue una conferencia "del medio-ambiente". No se interesó por la ecología, sino por los medios para administrar mejor el planeta. La metodología y el lenguaje utilizados se tomaron presta-

dos de la industria pesada, de la industria aero-espacial. Una conferencia verdaderamente ecológica habría estado conducida de manera totalmente distinta y las perspectivas habrían sido también diferentes. Se habría intentado trabajar considerando la humanidad como parte integrante de la naturaleza y no por encima de ella, y se habría procurado abordar los problemas bajo su aspecto social, de una forma que no se hizo en Estocolmo. No es posible concebir tecnologías alternativas sin concebir comunidades alternativas.

CONTRACULTURA

El punto de vista ecológico y naturalista se manifiesta principalmente en la llamada "contracultura" y no en las conferencias científicas o técnicas. La "contracultura" trata, conscientemente o no, de elaborar actitudes no jerarquizadas de cara a la gente y al mundo natural. Creo que esta tendencia contribuirá mejor a levantar una sociedad ecológica que todas las conferencias gubernamentales oficiales, las conferencias profesionales, las campañas que son lanzadas o la legislación que se adopte.

Debemos transformar a la gente. Si cada uno por sí mismo no busca una trans-

formación radical de su modo de pensar y de sus relaciones con los demás no podremos establecer una relación normal con el mundo natural. La manera más apropiada de crear una "sociedad ecológica" (y considero la sociedad actual eminentemente antiecológica) implica el desarrollo de una cultura y de una psicología ecológica en lo más recóndito del individuo mismo.

DOMINACIÓN

La actitud antiecológica proviene de la dominación del hombre sobre el hombre. La dominación de los ancianos sobre los más jóvenes, después la de los hombres sobre las mujeres y al final la de los hombres sobre los otros hombres ha modificado las relaciones sociales y las actitudes mentales y psicológicas para acabar en la dominación de la naturaleza. En otros términos, la dominación, en tanto que es un factor social, se ha visto proyectada en la relación de la humanidad con el mundo natural.

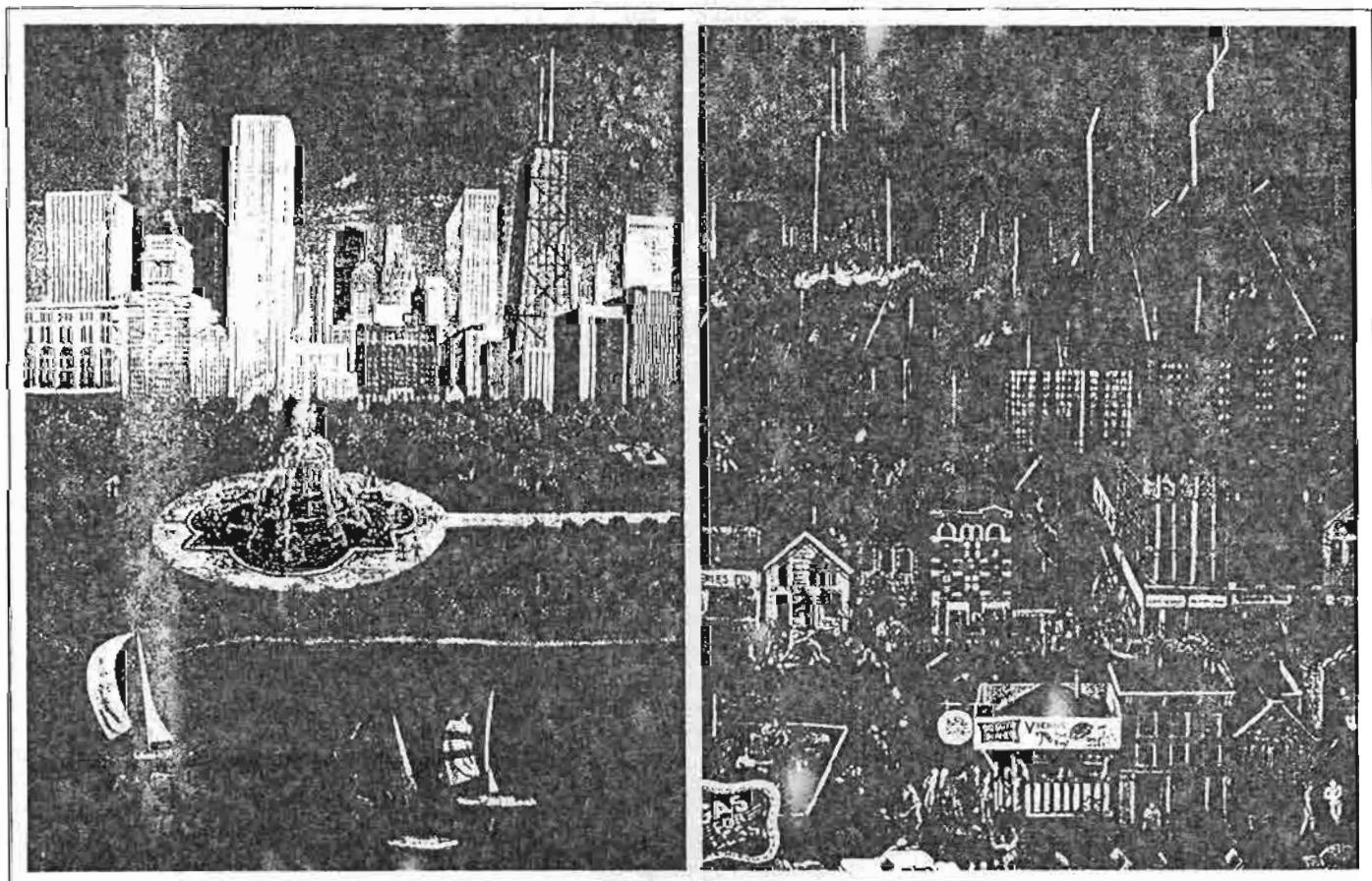
Nosotros mismos llevamos nuestra jerarquía al mundo natural. Hablamos del león como el "rey de los animales" o de la "humilde hormiga". En el presente, con el desarrollo de eso que se llama el "librecambismo" (un sistema que implica la

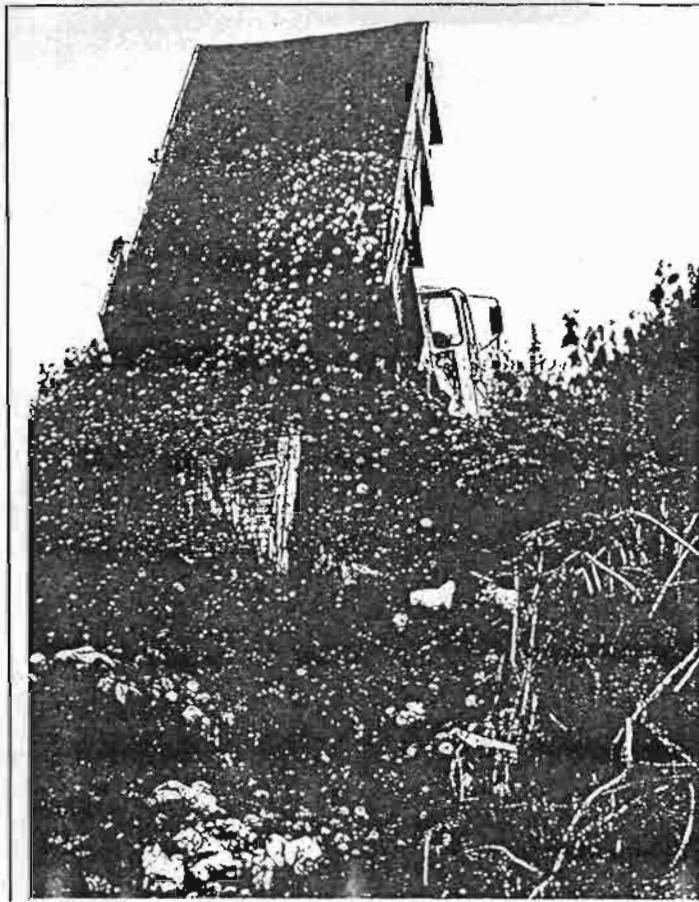
destrucción de todas las relaciones sociales, de la familia en el sentido amplio, de la tribu, de los pueblos y del campesinado) se ha formado un tipo de individuo aislado en una jungla social, que puede ser considerado como un depredador en el verdadero sentido del término.

ACUMULACIÓN DE BIENES

¿Cómo se engloba la tecnología en todo esto? En un sistema de mercado capitalista la tecnología se desarrolla cada vez más rápidamente. La diferencia entre nuestra sociedad y las anteriores sociedades, en lo que concierne a la dominación que ejercemos, es que nosotros disponemos de una tecnología tan formidable que cometemos estragos sin punto de comparación con los de las sociedades pre-capitalistas. El resultado es la convergencia de dos tendencias: el instinto de dominación está en nuestros días hipertrofiado, hasta el punto de hacer de la potencia una meta en sí. En nuestra era del capitalismo moderno, basado en la acumulación de bienes, "la producción por la producción" se vuelve un fin en sí misma.

Toda ciudad moderna (izquierda) esconde tras su decorado un suburbio (derecha). Las dos ilustraciones de Kinuko Craft se publicaron bajo el título "Destrucción de una leyenda".





Las dos actitudes hablan por sí solas: tomates arrojados a la basura para satisfacer la especulación y vendedor oriental de fruta.

¡Asistimos a tal desarrollo de la tecnología, que puesta al servicio de la dominación puede producir más destrozos en una sola generación que todo lo que se haya podido hacer en milenios!

¿SEGURIDAD MATERIAL?

El sistema capitalista ha llevado a la sociedad jerarquizada a los límites de su desarrollo. En el presente es un hecho flagrante que las instituciones tradicionales, válidas durante millares de años, están superadas. La gente se resiste a esta realidad. Hay una gran tensión entre lo que existe actualmente y lo que ha existido durante milenios. Durante siglos hemos estado limitados dentro de nuestras posibilidades por la carencia y la escasez. La tecnología estaba tan poco desarrollada que la gente, aunque tuviera suficiente para comer, no se sentía materialmente segura. Los azares estacionales y los cambios de tiempo y clima conducían al hambre o bien a la abundancia. Hoy hemos desarrollado una tecnología que nos podría procurar una seguridad material, inmediata para los

países desarrollados y futura para las gentes del Tercer Mundo. Gracias a este desarrollo de la tecnología muchas de las instituciones y relaciones sociales válidas durante milenios no tienen hoy razón de ser. Paradójicamente, la tecnología que esclaviza hoy al hombre podría liberarle. En otros términos: podría ser una tecnología emancipadora.

Existe actualmente una enorme tensión entre la sociedad racional, humanista y verdaderamente ecológica que podría existir, y la sociedad irracional, inhumana y antiecológica que en efecto existe. Y esta tensión ha producido un fenómeno de rechazo sin antecedentes de los sistemas establecidos.

Paralelamente a la tecnología actual y a las instalaciones gigantescas que producen nuestros bienes de consumo, comenzamos a ver desarrollarse un tipo absolutamente nuevo de tecnología. Esta tecnología está basada fundamentalmente en fuentes de energía alternativas, que no contaminan o lo hacen muy poco. Todo esto gracias a unos aparatos a escala humana que fabrican productos duraderos. Esta tecnología es muy conveniente para comunidades descentralizadas, y que son en consecuencia las más ade-

cuadas a una vida social a escala humana. Esto contrasta con el gigantesco aparato estático, las enormes instalaciones industriales y las grandes ciudades actuales.

TECNOLOGÍA POLIVALENTE

Disponemos de fuentes de energía alternativas para reemplazar los carburantes fósiles que utilizamos en este momento y para reemplazar la energía nuclear en el futuro. Estas alternativas consisten, cada vez más, en utilizar las fuerzas elementales de la naturaleza: el sol, el viento, los mares, etc. Combinándolas se podría prescindir de los hidrocarburos utilizados hoy.

Hemos desarrollado también nuevos procedimientos para la fabricación del acero, que están en fase de prueba o estudio y que podrían ser aplicados a cualquier escala. De ahora en adelante no somos dependientes de las gigantescas fundiciones y de las inmensas instalaciones que han asolado el paisaje de Píttsburg en unas generaciones.

Por otra parte, existe una tecnología del tiempo libre muy refinada, que podría estimular a la artesanía como sustituto de la producción en masa y de las Inmensas

instalaciones que la acompañan.

Una utilización racional de la tierra podría permitir una descentralización de las ciudades y una "reconciliación" de todo el planeta sobre una base ecológica. Debemos fragmentar las ciudades y desplegar racionalmente las nuevas tecnologías para crear nuevas y pequeñas comunidades.

Tres principios deben ser respetados:

a) debemos desarrollar una tecnología polivalente a pequeña escala (las máquinas pueden tener muchas utilidades); b) una vez que hayamos desarrollado comunidades de dimensiones razonables, podremos producir bienes duraderos en lugar de bienes que se fabrican poco resistentes a propósito y que constantemente deben ser renovados (en otros términos: elaborar productos de calidad), y c) no tendremos más necesidad de instalaciones gigantes para producir la mayor parte de los bienes que necesitamos hoy para sobrevivir y para nuestra comodidad.

Estos tres ejes del desarrollo permiten concebir unas comunidades verdaderamente ecológicas, con dimensiones a escala humana, donde cada uno podrá impulsar directamente su tipo de sociedad. Un ejemplo histórico puede ser la ciudad griega (*polis*). La Atenas de los antiguos, al igual que otras *polis* de la península y de las islas griegas y de ciertas partes de Italia antes de que el Imperio Romano sumergiese todas las sociedades del Mediterráneo, eran ejemplos interesantes de estructuras ecológicas. Se habían establecido democracias directas, a escala humana. En la *polis*, el ciudadano podía comprender los mecanismos sociales y el funcionamiento de la comunidad para participar directamente en su gestión.

EQUILIBRIO DE ENERGÍAS

En lo concerniente a las ciudades del futuro, podemos imaginar que las actividades agrícolas e industriales se mezclarán armoniosamente. Podemos pensar igualmente que serán a la vez suficientemente grandes como para no destruir cualquier cultura, pero suficientemente pequeñas para que cada uno pueda comprender la cultura creada. Bien equilibradas desde el punto de vista agrícola y en relación a los recursos disponibles, vivirán en armonía con los ecosistemas en cuyo seno estén emplazadas, restituyendo a la naturaleza todo lo que tomen de ella y mejorando los ecosistemas al poner la conciencia al servicio del

mundo natural.

Para ello deben crearse de manera generalizada "centros de energía". Es decir, equipos donde los miembros pongan en común sus intereses y talentos y trabajen en pequeños grupos. Me gustaría que tales "centros de energía" se desarrollaran por todas partes y también que la gente con aptitudes diversas aportase su habilidad para la puesta a punto de proyectos que pudieran demostrar, desde hoy, que es posible basarse en las tecnologías ecológicas existentes o a desarrollar. De tales comunidades de búsqueda surgirían las comunidades de trabajo creativas. Publicarían sus resultados, pondrían en pie pro-

Un símbolo de nuestra era: cuando los pájaros se quedan sin bosques, después sin árboles y finalmente sin setos, construyen su nido en los únicos lugares que les dejamos.

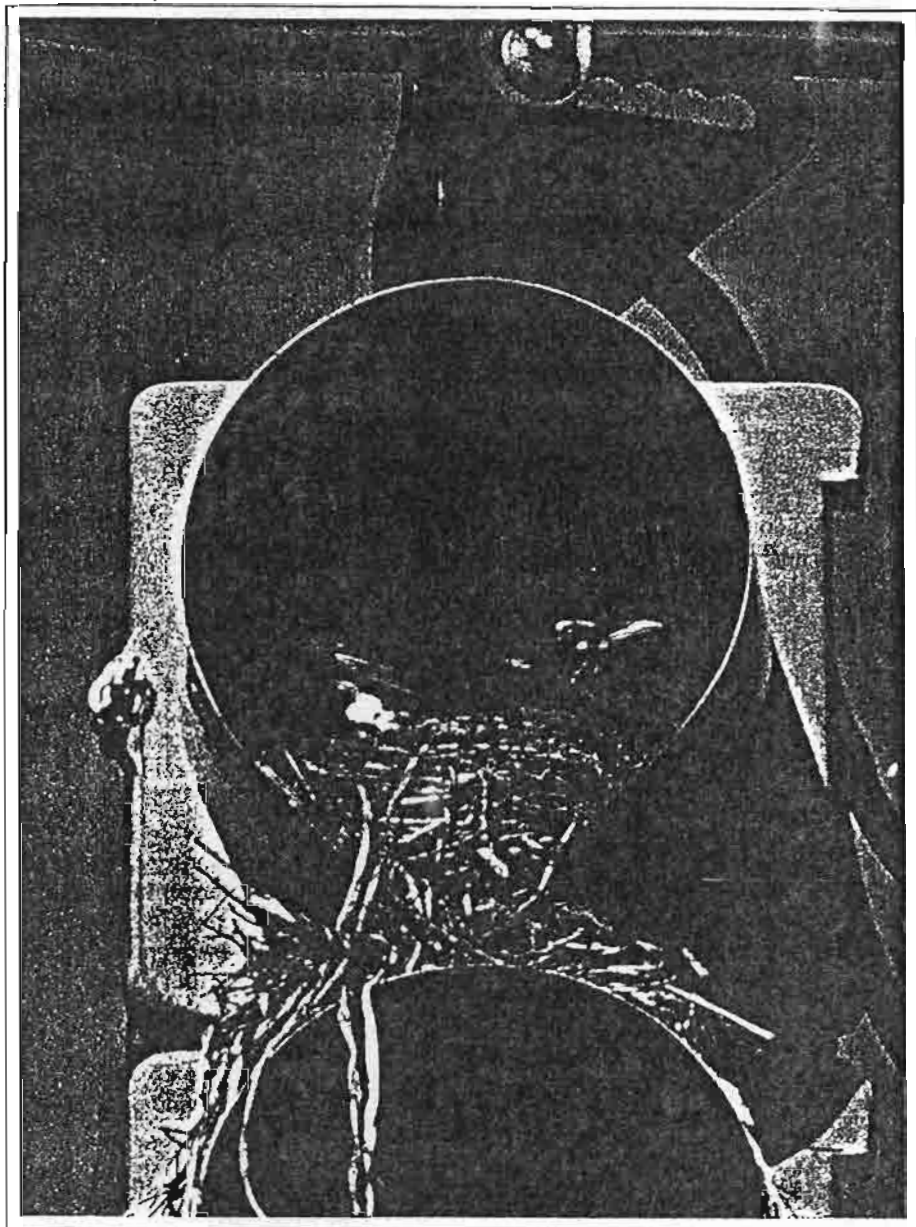
yectos modelo, y, en una palabra, participarían en el advenimiento de ese nuevo mundo que está perdiendo nacer.

Es necesario pues desarrollar una técnica ecológica humanista. Nuestra meta no debería ser simplemente conseguir el equilibrio entre la humanidad y la naturaleza, sino el equilibrio en el seno del ser humano consigo mismo, y en consecuencia, con el seno de la sociedad.

(1) M. Bookchin colabora con movimientos pacifistas, antinucleares y ecologistas, pero sobre todo es un animador de los grupos que trabajan con tecnologías alternativas. Sus artículos y charlas forman luego parte de sus libros, como "Postscarcity anarchism", editado en España por Kalrés con el título "Anarquismo en la sociedad de consumo".

Junto con Michel Bosquet, Enzensberger y otros, ha sido un pionero en relacionar propuestas ecológicas con otras formas de pensamiento y corrientes contraculturales. Hace poco apareció en inglés su libro "Ecología y libertad".

— Temas ampliados en el futuro cuaderno de "Ecofilosofías".



¿PARA QUE ODIAMOS?

En tanto no nos animemos a dialogar con nuestro enemigo interior no podremos desarrollar plenamente la calidad del amor requerida para reducir los sistemas guerreros de nuestras sociedades. En esta entrevista, el filósofo norteamericano Sam Keen introduce nuevos conceptos ("procesos de desensibilización psicológica "metanoia", "cosmocidio")... para mostrarnos cómo aquellos a quienes odiamos reflejan nuestros miedos más profundos.

por *Sam Keene*

Durante el año pasado, más de cinco millones de combatientes participaron en unos treinta y seis conflictos armados en todo el mundo—una cifra similar a la del año anterior, según el Instituto de Investigaciones sobre la Paz, de Estocolmo. La historia del mundo es más la historia de la guerra que de la paz. ¿Qué

razón lleva a un civil convertido en soldado a apuntar a ciegos a un enemigo? ¿Qué permite a una persona común y corriente cometer un asesinato? ¿Cómo se explica la matanza sistemática de millones de personas durante la Segunda Guerra Mundial? ¿O la posibilidad de un genocidio aún mayor durante una guerra nuclear?

La crueldad humana no puede explicarse con facilidad. Pero si queremos comprender por qué matamos, dañamos y torturamos a otros, primero debemos entender por qué odiamos. Con el objetivo de explorar estos dilemas, Joan Marler, de la revista *New Age Journal*, decidió entrevistar a Sam Keen, uno de los editores de *Psychology Today*, autor de varios libros, filósofo y crítico social, que en los últimos años se ha

Continúa en página 69

No podemos pensar en alternativas a la guerra y en el futuro de la enemistad sin comenzar por la teología. "Dios" siempre ha sido el eje del sistema guerrero, el espíritu guardián de tribus y naciones, la justificación trascendente del genocidio. En gran medida, la religión institucionalizada ha sido la base de apoyo del ego y las ideologías de la sociedad. El Señor de las Huestes, el poderoso hombre de la guerra, también ha sido el Dios de este Reino —*Gott mit uns*—, el Dios en quien confiamos para mantener nuestras economías fuertes y lozanas.

Este Dios, nuestro secretario de defensa, se ha ocupado de enviar al frente generaciones de soldados cristianos, judíos y musulmanes, en marcha desde el lugar donde se cosechan las viñas de la ira, sin vacilar en que aun los niños se rompan la cabeza contra las piedras con tal de proteger la Tierra Sagrada. Recientemente, han estado tratando de decidir si iniciaremos el año 2000 con el Apocalipsis, mediante la ayuda de armas nucleares, guerra de las galaxias, un presidente que se toma en serio las profecías bíblicas y otro presidente que se toma en serio las profecías marxistas. Este Dios de la guerra es un vampiro que medra en la sangre, es el agente de la desarmonía entre países, es quien santifica toda paranoia personal y política.

Por todo el sufrimiento que este Dios ha causado, nos ha dado a cambio una razón de ser, un propósito en la vida, un destino trascendente. En tanto nos ocupáramos de matar a nuestros vecinos en su nombre, pudimos tener la certeza de seguir un mandato divino. Fue él quien dio a los Estados Unidos de América su "destino manifiesto", a los ingleses la "dignidad de sobrellevar la carga de ser hombres blancos", a los japoneses el permiso para crear una esfera de prosperidad asiática, a Mussolini la tarea de reconstruir

EL DIOS DE LA GUERRA

el glorioso Imperio Romano y a Hitler el aliento para imaginar su Reich de mil años. Recientemente, ha estado activo en ambos lados de la guerra civil irlandesa, y ha asesinado a miles en nuevas guerras sagradas en Israel, Líbano, Irak e Irán.

A menos que matemos a este Dios, a este ídolo de la tribu, a menos que dejemos de ofrecer nuestra sangre a Moloch, nada nuevo, amable o esperanzado podremos crear en el futuro. La base del cambio de un orden social es una revolución teológica. Y esta revolución comienza por dos tareas destructivas, dos grandes negaciones, dos proféticos "No".

El primero es un No al Estado. Debemos romper el nexo tradicional entre Iglesia y Estado; debemos des—institucionalizar la religión. Aunque tengamos que permanecer callados durante una generación entera, el nombre "Dios" no podrá ya ser usado para santificar una carnicería. La teología debe ser capaz de negar al cuerpo político sus justificaciones. La idea de que los países tienen un destino cósmico y por lo tanto pueden permitirse el uso de la violencia es demasiado peligrosa para continuar existiendo.

Un Estado verdaderamente secular, que tenga la obligación de responsabilizarse de sus decisiones y justificarlas en términos seculares, es mucho menos peligroso que un Estado mesiánico. Las teologías nacionales son idolatrías. Antes de que podamos crear una teología transnacional efectiva, precisamos el "No" sagrado de mil voces proféticas partidarias. Una buena regla de sentido común es sospechar de toda declaración teológica por parte de políticos y otras personalida-

des que necesiten de agentes de prensa o de campañas publicitarias para formar su imagen. La pretensión de que sólo "nosotros" llevamos la antorcha y encarnamos el sentido histórico, debe ser considerada como propaganda que se enmascara de teología, como una especie de ateísmo que se disfraza de falsapiedad.

Dado que somos localistas, las naciones continuarán contentiendo nuestro ser y rigiendo nuestros afectos. Pero no debemos confundir lo familiar con lo sagrado. Al negarnos el estatus de pueblo elegido por Dios, nos forzaremos a nosotros mismos a relacionarnos con los otros pueblos como camaradas en el "pecado" —para usar una antigua palabra. Nada es más peligroso que un mundo compuesto por tierras sagradas en conflicto. Mucho más segura es una comunidad internacional de naciones conscientes de su propia paranoia. El modelo para esa comunidad internacional debe ser el de Alcohólicos Anónimos: los únicos alcohólicos realmente "curados" son aquellos que recuerdan día a día que son alcohólicos y se abstienen de beber. Las únicas naciones realmente seguras son aquellas que se vacunan a sí mismas sistemáticamente con una prensa libre y una minoría profética que hable contra la intoxicación de los "destinos divinos" y la paranoia santificada.

No hay esperanza alguna de formar una comunidad transnacional ni de ver renacer una teología auténtica a menos que advirtamos que la guerra, en sus muchas formas, es el mayor problema de nuestro tiempo. Toda teología que no se ocupe del tema de crear una opción al *Homo hostilis* y de descubrir

una alternativa histórica para reemplazar al estado guerrero, es sólo un ídolo de la tribu.

El segundo "No" es la guerra contra la naturaleza. Nuestra existencia se halla tan amenazada por la guerra contra la naturaleza, por el inminente apocalipsis desencadenado por el propio hombre, que puede venir de golpe o poco a poco por suicidio nuclear o por genocidio tecnológico. Por lo tanto, debemos abstenernos de toda justificación divina tanto para el *Homo faber* como para el *Homo hostilis*.

La guerra y la triunfante marcha de una tecnología ciega son los poderes gemelos demofuriosos que hoy se encuentran furiosos y fuera de control, amenazando con la destrucción del bien público que compartimos con otras formas de vida. En tanto los presupuestos de "defensa de la URSS y los EE. UU. excedan los gastos totales del Estado de los países subdesarrollados, y en tanto éstos destinen a gastos militares una proporción mayor de su presupuesto que el destinado por las grandes potencias, la carrera armamentista y la polución industrial del medio ambiente continuarán mano a mano.

En nuestra condición de emergencia paranoica permanente, gastamos nuestros recursos para defendernos del enemigo y no podemos permitirnos siquiera la restricción de cualquiera de las industrias que están contaminando el aire y envenenando el agua. Así como ya no podemos hallar el sitio sagrado de nuestras vidas en una guerra santa, tampoco podemos basar nuestra dignidad como humanos en la dominación de la naturaleza. La identidad que nos hemos forjado mediante un "estar en contra", y el Dios que ha autorizado nuestra agresividad, nos ha llevado al borde de la autodestrucción. El nacionalismo y el chauvinismo de la especie humana son ideas que pertenecen al pasado. □

—Sam Keen

¿Para qué odiamos?

ocupado de investigar el proceso por el cual "fabricamos" a nuestros enemigos, ya que éstos no son innatos. En su último libro, *Faces of the Enemy: Reflections of the Hostile Imagination* (1986), Keen examina de qué manera gentes de diversas culturas transforman a los "de fuera" (aquellos a quienes se teme o no se logra comprender) en simples monstruos.

"Fabricamos un enemigo como chivo expiatorio para soportar mejor la carga de nuestra propia y negada enemistad", dice Keen. "Antes del arma existió la imagen. La imagen del enemigo es un espejo donde podemos ver con claridad nuestro propio rostro".

Keen explica cómo los "malos" se crean a partir de nuestros aspectos psicológicamente negados, y sugiere la

"nosotros" y "ellos", entre "propios" y "ajenos". Así es que comencé a estudiar el odio a través del estudio del amor. A partir de ello, me acerqué a la categoría de "enemigo", con la cándida suposición de que alguien debía de haber estudiado sistemáticamente qué era un enemigo... Y en verdad descubrí que ni existía como categoría; de manera que empecé a formularme la pregunta: ¿acaso la gente en culturas diferentes imagina al enemigo de la misma manera? Empecé a estudiar la publicidad, en especial las fotos, posters, comics, cosas así. Descubrí entonces que una cultura no dice que existan muchísimos enemigos. No: siempre se dice el enemigo. Se actúa como si "enemigo" fuera una cosa única, unificada, indivisible. De modo

ca. Si existe algo parecido al pecado original en los seres humanos, es esta tendencia de considerar que algo es extraño o desconocido y por lo tanto temible como el demonio. La tribu o el cuerpo político parece necesitar de un enemigo para negar así su propia crueldad, sadismo y ambición. Una de las pocas formas en que hoy podemos decir que tenemos razón es a través de la existencia de otro grupo que afirma que estamos equivocados.

—Se podría así establecer un paralelo entre la psicología del individuo y la de una sociedad entera...

—Existe un paralelo, pero no es exactamente eso lo que quiero hacer. He entrevistado a un hombre que mató a una familia de cuatro personas (dos de ellos eran niños) porque alguien le dijo que eran comunistas. Quise ver de cerca a un individuo que había cometido un horrible asesinato por razones ideológicas para comprender qué le había permitido hacer semejante cosa y luego poder preguntarme precisamente lo que usted se pregunta: ¿hay algo que aprender de la enajenación individual que luego podamos aplicar a la enajenación política? Y descubrí que hay ciertos procesos que se mantienen. El primero es el proceso de desensibilización psicológica. Nunca matamos seres humanos; primero tenemos que deshumanizarlos. De alguna manera, tenemos que hacer que parezcan algo diferente de nosotros mismos. La abstracción, y el proceso de convertirlos en algo diferente a un ser humano, y luego el proceso por el que nos desensibilizamos para no sentir ningún tipo de simpatía o compasión, todo ello parece ser un paralelo que se da tanto en individuos como en países enteros.

—Usted menciona el arquetipo del enemigo, y esto nos lleva al campo de la mitología. ¿Cree que estos procesos que ha mencionado son aspectos de un drama mitológico?

—Así es. He advertido que la gente que se interesa por el mito generalmente se siente atraída por su aspecto radiante y amoroso. Los mitos nos dicen de dónde venimos, hacia dónde vamos y

*"Antes del arma existió la imagen.
La imagen del enemigo es un espejo
donde podemos ver con claridad nuestro
propio rostro".*

otra cara de la moneda de estos procesos: *"Amaremos u odiaremos al enemigo tanto como seamos capaces de amarlos u odiarnos a nosotros mismos".*

—Para empezar, por una clarificación semántica, ¿qué entiende usted por enemistad?

—Probablemente, la mejor manera de responder es con una anécdota. Mi libro anterior, *The Passionate Life*, gira alrededor de la cuestión de cómo convertirse en un ser humano amable. Al investigar este tema, tropecé con algo obvio: es fácil hablar de un modo sentimental acerca del amor, pero en realidad toda cultura se ocupa de destruir sistemáticamente nuestra capacidad de amar. Siempre existe un grupo de personas a las que no se nos permite que amemos y atendamos, y ellas son el enemigo. Se forma una división entre

que ahora trato de estudiar al enemigo como una especie de arquetipo de la experiencia humana que cada cultura posee y utiliza como proyección de todas las emociones y sentimientos oscuros e inaceptables de sí misma hacia fuera. Hablo en términos políticos, pero también en términos del hábito de hacer enemigos, lo que se relaciona con la forma en que nos vemos a nosotros mismos; en el enemigo interior de nosotros, en el modo en que vivimos las relaciones sexuales, es decir esa guerra entre los sexos. Creo que todas estas cosas están íntimamente relacionadas.

—¿Cuál sería el origen psicológico de este "enemigo" en nuestra imaginación?

—Esta es una pregunta difícil de responder porque no sé si puedo separar la psicología de la sociología o la políti-

quiénes son los héroes. Pero el lado oscuro del mito nos dice a quiénes podemos matar y cómo matarlos sin culpa. De modo que la categoría de enemigos es algo sumamente importante dentro de la mitología. Casi todas las tribus y naciones que conocemos construyen su realidad política y psicológica como una especie de teatro metafísico donde la moraleja es que los buenos siempre luchan contra los malos. En los Estados Unidos tenemos esto en su forma más primitiva dentro de la película de *cow-boys*, en la que nosotros estamos de lado de los buenos y ellos del lado de los malos. Aun en pleno siglo XX, la guerra nunca se produce en lo fundamental por

como parte de una conspiración comunista. Esto conduce al tipo de cosas que pasaron en el "contragate", porque luchamos contra un enemigo demoníaco. Reagan es una representación muy precisa de este elemento tan fuerte en la psique de los Estados Unidos. *El New York Times* llegó a decir que el problema es del tipo "corazones puros y manos sucias", como si estuviera bien ensuciados las manos porque estamos luchando contra el diablo y por lo tanto tenemos puro el corazón.

—Una guerra santa tiene guerreros sagrados. ¿Cuál es su opinión sobre el fenómeno de este arquetipo de guerrero?

Toda guerra santa, tiende a ser terriblemente sangrienta, en especial cuando hay dioses compitiendo en ambos bandos, lo cual ocurre muy a menudo.

motivos económicos, por la tierra o la justicia. Siempre es parte de este drama metafísico para definir quién está del lado de Dios, quién tiene razón y quién no la tiene, quién es limpio y quién sucio, quién es humano y quién inhumano.

—El "contragate" (la ayuda de Reagan a los "contras") está en la mente de todos en estos tiempos. ¿Podría discutirse este drama reciente en los términos que Ud. propone?

—Este drama reciente no es nada nuevo. El asesino que he entrevistado dijo que los Estados Unidos nunca estuvieron peleando en Vietnam, Corea o Nicaragua —siempre hemos estado peleando contra el comunismo. En nuestra mitología nacional, la religión oficial es el anticomunismo, y los comunistas son la encarnación del Mal. Así que tenemos este gigantesco enemigo metafísico, y cada vez que en el mundo ocurre algo que no nos gusta, lo vemos

—El guerrero sagrado es un tema en casi todas las guerras. Recuerdo que un hombre en Vietnam lleva un letrero en su saco: "Mate un Vietcong por Dios". No es sólo que matar está permitido: se convierte en un acto sacramental, una extensión de lo que pasaba en la Inquisición, donde se torturaba gente para salvar sus almas. Toda guerra santa, por lo tanto, tiende a ser terriblemente sangrienta, en especial cuando hay dioses compitiendo en ambos bandos, lo cual ocurre muy a menudo.

—¿No cree que la guerra es una especie de rito de purificación?

Es un rito de purificación. Uno de los caminos para salir de este dilema es darnos cuenta de que toda guerra es una guerra santa y que siempre está justificada y legitimada por el establishment religioso. Las personas auténticamente religiosas no rinden culto a un Dios cultural que santifique, por ejemplo, el "American Way of Life". El verdadero

Dios está más allá de toda nación. La verdadera lealtad religiosa, por lo tanto, trasciende las ambiciones nacionales. La auténtica religión podría proveer de un genuino contrapeso al impulso de guerrear y organizar cruzadas.

—En su libro, Ud. habla de paranoia y "metanoia" ¿Qué podría decirnos sobre estos conceptos?

—La paranoia es el estado natural de la mente que fabrica enemigos. Siempre decimos que los agresores son los otros. "Ellos" nos amenazan; por lo tanto, todo lo que hacemos es parte de una respuesta. Como el otro bando dice lo mismo, tenemos una paranoia a dúo. El entrelazamiento de paranoias produce un sistema guerrero. Metanoia es exactamente lo opuesto. Si la paranoia es una proyección de nuestro lado oscuro hacia fuera, metanoia es lo que las tradiciones físicas, religiosas o terapéuticas llaman "arrepentimiento" o "reapropiación" — un salirse fuera de la armadura caracterológica, de las defensas del ego o de la retórica política de nuestros sistemas para observarlo todo desde otra perspectiva. Es como el viejo proverbio que habla de ponerse en el pellejo del otro. Es como la compasión.

—¿Podría darnos alguna sugerencia para pasar de la paranoia a la metanoia?

—Mis opiniones están influidas por la tradición mística y psicoanalítica. Para llegar a la luz debemos verlas con la oscuridad. Si queremos ser personas amables, veamos los modos en que somos odiosos, en que nos sentimos superiores a los demás, en que sabotearnos a los otros. Al confrontar estos aspectos, ocurre un extraño proceso de transformación.

—¿Será porque esto tiende a disolver una tendencia a la proyección sobre los otros?

—Uno se da cuenta de que no es del todo bueno, de que no siempre tiene razón y, por lo tanto, tal vez el otro tampoco sea del todo malo. Nos liberamos mediante una confrontación con las formas por las que estamos condicionados. Nos volvemos dichosos mediante

¿Para qué odiamos?

una observación de los modos en que nos deprimimos. Creo que si tratamos de llegar a la dicha en forma directa, nunca la alcanzaremos.

—¿Cuál sería, en su opinión, el obstáculo más poderoso para la resolución de una situación de guerra?

—En primer lugar, la guerra es un hábito. Somos genéticamente agresivos, pero la agresión puede expresarse mediante un poema, de modo que no estamos obligados a crear sistemas guerreros. Un sistema guerrero se basa, entre otras cosas, en cómo los varones son socializados. El macho de la especie es separado y escindido en sus más tiernas emociones. Casi todos los ritos de iniciación para los hombres están diseñados para hacerlos duros y capaces de matar o morir por la tribu. El varón es moldeado para ser un guerrero, y el precio es que deje de sentir y que se identifique con la agresión, la rabia, el poder de la voluntad y la dureza. Esto crea dentro del varón una guerra interior —entre su "self guerrero" y su "self femenino". Además, ello crea una guerra entre los sexos, porque la mujer es entonces socializada para que sea quien cuida al guerrero. Y crea dentro de la sociedad una psique en la que estamos permanentemente en combate unos contra otros: un combate sexual, un combate psicológico en nuestro interior, que luego se lleva al nivel político. Cuando llegamos a este nivel de alienación, ya vamos necesitando a alguien a quien golpear.

—En realidad, no hay una cosa que podamos hacer cambiar el sistema de la guerra. Todo está por hacer, y comenzamos simplemente por observar. Esto es lo mismo con cualquier relación con problemas. Observamos la pauta de interacciones, y simplemente observando esa pauta comenzaremos a cambiarla. Una mirada honesta es ya una acción. Requiere una enorme fuerza de voluntad, de atención, de apertura espiritual. No podemos observar sin cambiarnos a nosotros mismos.

—En su libro, Ud. afirma que debemos estar dispuestos a ser "rea-

les" antes que "buenos".

Sí. Porque si yo soy "real" debo advertir que muchas veces no soy "bueno". Y si puedo reconocer esto, puedo conectarme con mi propia imperfección con una cierta gracia. La tradición religiosa en el cristianismo dice que somos íntegros si nos reconocemos pecadores. Lutero habló sobre cómo estamos justificados por el descubrimiento de nuestra propia disociación. Al darnos cuenta de que somos imperfectos, al advertir nuestra propia disociación... volvemos a ser íntegros.

—Sin embargo, parecería que esta disociación ha sido malinterpretada para justificar el mantenimiento de

de ella. Ese es el lugar en que nos damos cuenta de que no somos tan pequeños como para necesitar un gran protector. Somos frágiles y estúpidos; queremos que sean encarnaciones del Bien... Pero al conocer la naturaleza de nuestra propia estupidez, conocemos la naturaleza de nuestra sabiduría.

—Entretanto, el mundo parece estar al borde del suicidio masivo. ¿Qué función juega la sombra de la muerte para nosotros en estos momentos?

—Una función muy vasta. Albert Camus dijo que no tomamos nuestra primera decisión moral hasta el momento en que advertimos que podemos sui-

*Si yo soy "real" debo advertir
que muchas veces no soy "bueno".*

cierta actitud infantil hacia una entidad "superior", seguir un mandato divino, o ponernos bajo la autoridad de una idea de Dios o de una persona que en apariencia es más completa que nosotros.

—En esa situación, la tendencia sería buscar alguien que fuese la autoridad, un gurú o un líder a quien se considerase totalmente bueno y poseedor de todas las respuestas sobre cómo vivir. Entonces, el mal se proyecta hacia algún otro. Por ello, cada secta religiosa termina siendo destruida por la sombra que ha negado en sí misma.

—Hay una paradoja en el hecho de ser capaz de reconocer nuestra propia completud y al mismo tiempo reconocer el grado en que estamos disociados o incompletos.

—Sí. Psicológicamente, de eso se trata en este viaje: de tener el coraje de llegar al corazón de la oscuridad dentro de nosotros para que algo pueda renacer

cidamos. El poder de formular el No final está en nuestras manos, pero también tenemos el poder de decir Sí. La libertad humana es algo extremo... No podemos cambiar el sistema de guerras y la psique que crea ese sistema sin llegar al punto en que tenemos la posibilidad de cometer un "cosmocidio".

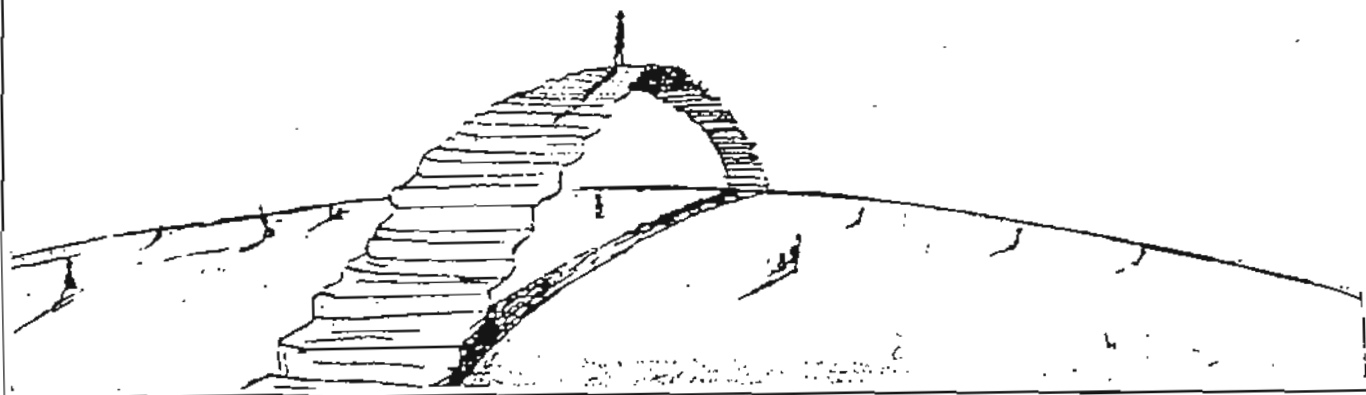
—Es sorprendente lo que Ud. dice, de que este mismo peligro nos trae esperanzas. La opción sería entre morir o cambiar.

Sí, es maravilloso. Por primera vez tenemos vocación por lo espiritual; hace treinta años, en la época de la ansiedad, del sinsentido, la gente decía: "¿Para qué sirve la vida?". Hoy sabemos cuáles es el sentido de la vida: preservar este planeta, y cada uno de nosotros está llamado a ser el salvador. Lo importante es que mucha gente está descubriendo que su vocación es trabajar por la paz. Y esto es lo que ocurrirá en los próximos cien años, si es que nos quedan cien años. □

El by-pass espiritual

Ponernos en el sendero hacia la iluminación sin solucionar, antes o simultáneamente, conflictos de la personalidad, sólo sustituye nuestra identidad vieja por otra tan limitante como aquélla. Para transmutar neurosis en "cualidades del ser" necesitamos reconocerlas, transitarlas, alinearlas, celebrarlas...

por John Welwood



¿Qué papel cumple la personalidad en el desarrollo psicológico y espiritual? ¿Es un obstáculo en el camino que lleva a realizar todas nuestras posibilidades, una especie de "dolencia"? ¿O será —como sugieren algunas tradiciones esotéricas— que nuestros esquemas personales forman la argamasa con la cual se tiende ese camino?

Si es verdad que aun en nuestros estados neuróticos pueden descubrirse las características más luminosas del ser, no tendríamos por qué quitarnos de encima nuestra personalidad para alcanzar una dimensión o reino espiritual "más alto". Por el contrario, nuestros más profundos recursos humanos se vuelven realidades efectivas en el trabajo con nuestras limitaciones, sin que haga falta nada más. Así como se lija la madera para que reluzca su fibra verdadera, también nuestra personalidad debe ser pulida para que brillen las genuinas cualidades de nuestro ser.

Agresión terapéutica

Para empezar a examinar esta cuestión veamos el ejemplo de Sara, una cliente mía que en su infancia había padecido una extrema carencia de afecto y de contacto emocional. Como resultado de ello, se forjó para sí la identidad de una persona "dura". Parecía tener como lema: "Yo no necesito a nadie, puedo cuidar perfectamente de mí misma". Esta identidad artificial le permitió sobrellevar la falta de alimento afectivo en su hogar, pero años más tarde su exagerado afán de independencia dejó de ser funcional —como sucede, en uno u otro momento, con todas las identidades ficticias— y se convirtió en un impedimento fundamental para que ella lograra lo que quería, prolongando su carencia de cariño y causándole gran dolor.

Este dolor la llevó, cuando tenía casi treinta años, a unirse a una comunidad espiritual. La doctrina que allí prevalecía era que las personas deben abandonar todas las "excursiones" personales que las apartan del sendero del crecimiento del alma. La comunidad auspiciaba una suerte de "rodeo" colectivo, tratando de sustituir las antiguas estructuras

personales de sus miembros por una ambiciosa "identidad espiritual". Era un enfoque agresivo, que pretendía pasar como una apisonadora por encima de la personalidad independiente de Sara. Desgraciadamente ella se avino a este manejo, persuadida de que sus viejos esquemas personales ya no le servían; pero al despojarse de su "dureza" perdió también su fortaleza y su rumbo. Le llevó años, una vez que dejó la comunidad, recobrar su empuje.

Ante una situación semejante a la que Sara había atravesado en su infancia, otro se hubiera vuelto psicótico. Es cierto que la identidad de Sara resultó a la larga deficitaria y neurótica, pero contenía, en su núcleo, una de sus virtudes más sobresalientes: su fuerza y entereza. El ataque de la comunidad a su independencia echó por tierra esta característica importante y positiva.

Tratar de provocar cambios lanzando un ataque contra la estructura del yo es un error habitual de varios enfoques terapéuticos y espirituales. A veces, como en el caso de Sara, esta "agresión terapéutica" es flagrante; otras veces, adopta formas más sutiles de convencimiento y confrontación, que implican que uno sería mejor si fuera distinto de lo que es. Por desgracia, esos violentos embates contra la estructura de la personalidad despojan a la gente de su propio material de trabajo, dejándola en un estado de desvalimiento y dependencia.

Si la estructura de la personalidad tiende a volverse enferma cuando ha dejado de ser útil y constriñe nuestras posibilidades, también lo hace cuando es objeto de un ataque implacable, interior o exterior. Para que nuestra personalidad sea en vez de una "dolencia" un camino tenemos que trabajar con nosotros mismos tal como somos, sin agresiones ni culpas.

Al emprender ese trabajo en la terapia, Sara comprendió que su ruda independencia es una forma de autoprivación y de ataque interno. La carencia afectiva que había padecido la volvió extremadamente vulnerable e insegura acerca de lo que significaba ser cuidada y atendida por los demás. Al descubrirlo comenzó a autoalimentarse con su propia fuerza, a cuidar de sí en sus puntos

El by-pass espiritual

más vulnerables. De este modo inició un camino totalmente nuevo.

¿Cómo se forma nuestra identidad?

Cuando nacemos, nuestro ser ya tiene ciertas cualidades que pretenden a la formación de nuestra identidad. Distintas tradiciones culturales se han referido a esto de manera diversa. Por ejemplo, en cierto sistemas de yoga y en la alquimia se dice que estamos compuestos por cuatro elementos: tierra, fuego, aire y agua. El budismo *mahayana* afirma que algunas virtudes, que forman la quinta esencia de lo humano (la generosidad, la paciencia, el vigor, la plena presencia mental, la compasión, la inteligencia discriminativa, la disciplina, la voluntad), ya están presentes en el embrión, y pueden ser cultivadas indefinidamente. El budismo tibetano habla de las "cinco energías cósmicas". Son cualidades humanas que no pertenecen a ningún yo, que nadie posee, porciones mayores del ser, a las que sin embargo todos los individuos tienen acceso.

Para entender cómo surge la identidad a partir de esos elementos esenciales o cualidades básicas de nuestro ser, tenemos que reparar en que el recién nacido es totalmente vulnerable frente al mundo y sólo mantiene un vínculo bastante tenue con la existencia. Desde el primer aliento nos enfrentamos con el dilema: existencia versus inexistencia. La falta de amor y de cuidados conlleva una amenaza poderosa de inexistencia, porque pone en cuestión la supervivencia e integridad física y psíquica del niño. Y más allá de las posibles carencias emocionales de nuestra familia de origen, todos debemos hacer frente a lo que el budismo llama "las tres marcas de la existencia": la difícil realidad del dolor, la impermanencia, y la falta de un sí-mismo sólido, apresable. Tarde o temprano, cualquiera que sea nuestra historia infantil, sufrimos inevitablemente estas tres "faltas" universales.

Nuestra naturaleza no se nos da sim-



plemente al nacer, como le es dada al animal: no hay recetas fijas sobre el modo de convertirnos en seres humanos. A diferencia de lo que ocurre en otras especies animales, nuestra naturaleza no se define por una secuencia diaria repetida de pautas de acción estables y de rutinas para sobrevivir. Somos un "animal inconcluso", en descubrimiento permanente de lo que podemos llegar a ser y hacer. Nuestra naturaleza es abierta, maleable, nunca del todo definida. Y como jamás podemos aferrarnos a un sí-mismo sólido y constante, nuestro sentido de la existencia nunca es seguro e inviolable. La naturaleza humana está siempre en un precario equilibrio al borde de lo desconocido, y al no percibir nuestra inexistencia real o potencial, nuestra vida está marcada por la angustia.

El niño reacciona frente a determinadas amenazas a su supervivencia o a su bienestar dentro de la familia, así como frente a esta angustia existencial más universal, tratando de protegerse y de fortificarse; y para ello crea el sentimiento de que su sí-mismo tiene existencia permanente. Se forja así una iden-

tidad: una imagen de sí, junto con un particular "libreto" o historia que le caracteriza y establece quién es. ¿Quién soy yo? Yo soy "yo": este conjunto de hábitos, tendencias, preferencias y antipatas, ... No importa que este libreto sea positivo o negativo; no importa que digamos "Yo soy un ser superdotado, un tipo muy especial, no necesito de nadie", o que digamos "No valgo nada, soy un villano": en cualquiera de los dos casos, nos adherimos de por vida a esta identificación. Nos aferramos incluso a una imagen negativa de nosotros mismos, aunque nos ahogue y nos anule, porque al menos nos da un sentido de existencia: "Yo soy algo", y no el pavoroso "Yo soy nada".

Toda identidad o identificación personal es magnífica en un comienzo, y neurótica a la larga. Para crear esta identidad, el niño se basa en los elementos que tiene a mano: las cualidades de ser que le son originales. Al principio nuestra identidad es como una balsa que nos ayuda a surcar el vasto océano de lo desconocido, que nos rodea por todas partes. Tenemos la sensación de ser alguien, de existir verdaderamente. Pero con el correr del tiempo este bote nos queda pequeño, nos bloquea y nos impide ponernos en contacto con las corrientes de vida más anchas, aquellas cuya circulación a través de nosotros constituye el principio esencial de la salud y de la dicha. Nuestra identidad se convierte entonces en una trampa, un modo cristalizado de ser-en-el-mundo que nos priva de lo que más precisamos: la plenitud de nuestro ser y una relación cabal entre nosotros y todo lo que es.

Co-creación

En la tradición *mahamudra* del budismo tántrico se dice que la locura y la cordura, la prisión y la libertad, la existencia y la inexistencia, la dolencia y el camino, emergen juntos, como el anverso y el reverso de un tejido. De esta tradición procede una metáfora que describe vívidamente esta "co-crea-

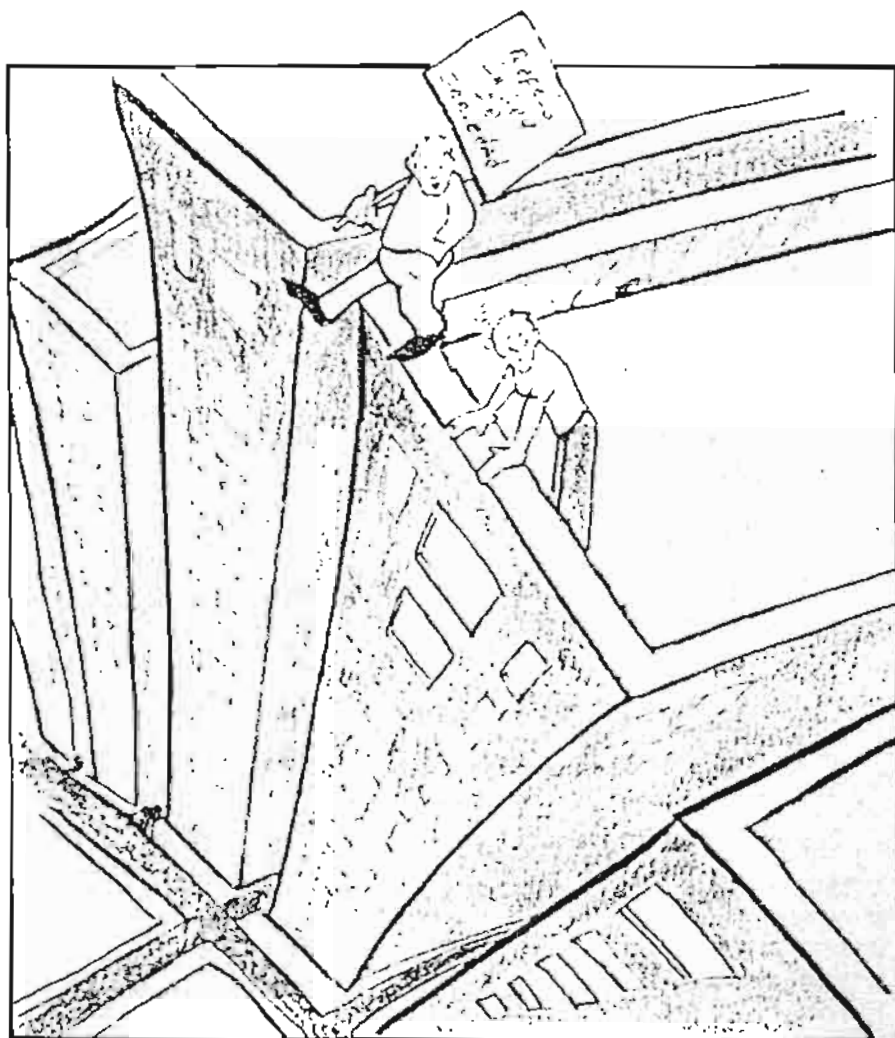
ción": el gusano de seda que se envuelve en su propio capullo. La "seda" son los ricos recursos que forman parte inherente de nuestro ser, y con los cuales fabricamos una estructura que al principio nos protege de las vicisitudes infantiles pero más tarde termina por encarcelarnos.

He aquí algunas viñetas de casos clínicos que ilustran cómo se entrelazan la neurosis y la salud en este fenómeno de co-creación.

1. Un individuo se creó la identidad de un inválido psíquico; su libreto era: "Yo no puedo hacerlo, no soy capaz". Era una manera de rechazar los ataques de su madre, quien no quería que se desarrollara siguiendo un rumbo independiente. En la terapia, cada vez que abordábamos un material significativo, una "niebla" le oscurecía la mente y sólo atinaba a decir: "No puedo hacer esto... Algo funciona mal en mí". Dio un gran paso adelante cuando empezó a ver que esta estrategia era, en el fondo, muy sagaz — una astuta máscara para engañarse a sí mismo y a los demás— y, no un signo de estupidez. Esa "niebla" nunca aparecía por casualidad, sino sólo cuando estaba a punto de entrar en contacto con algo importante para él.

2. Un sujeto se había creado originalmente una estrategia de "triunfador" en su infancia, como un modo de obtener el amor de sus padres. Ya adulto, siendo médico, no podía gozar de nada porque cualquier tarea era para él una competencia en la que debía ser el ganador. Si quería luchar contra esta tendencia, lo único que lograba era darse por vencido frente a su mayor debilidad: la gula. Su deformado libreto de triunfador le decía: "Tengo que tener mucho éxito para impresionar a la gente". Pero por otro lado había un aspecto sano: su enorme fuerza de voluntad, su anhelo de excelencia y de hacer algo significativo con su vida. Mientras persistió en la deformación, no pudo darse cuenta plenamente de estas virtudes.

3. Una mujer había desarrollado la costumbre de mentir constant



tal punto que hasta le costaba creer en sí misma; su identidad contenía un fuerte elemento de fraude. En su infancia, se habituó a mentir para parecer "buena" y protegerse de las críticas de sus padres. Sus embustes equivalían a decirse: "Básicamente soy una buena persona". La estructura se le había escapado de las manos, pero en esencia era una afirmación de vida, producto del convencimiento que tenía sobre su propia bondad.

4. Otra paciente tenía un temperamento perezoso, pesado, letárgico; sufría de depresión y estaba persuadida de que su vida era un fracaso miserable. La cualidad básica de su ser era terrestre: tenía la estabilidad y el aplomo de una montaña; pero en lugar de vincularse con ese aspecto suyo, quería ser una mariposa.

era su camino: hacia abajo, hacia su cuerpo, hacia el suelo y la raíz, y no hacia el aire en los vuelos de la fantasía.

Crisis de Identidad

En todos estos casos, la pérdida de las virtudes sanas y potentes de nuestro propio ser se vuelve tan penosa que nos sentimos movidos a examinar concienzudamente qué es lo que estamos haciendo con nosotros mismos. Un día nos despertamos en medio de una crisis de identidad y advertimos que estamos atrapados en una red fabricada por nosotros que nos separa de todo lo que no es "yo": no sólo el mundo y las demás personas, sino además el gran "otro" que llevamos dentro y que no reconocemos como propio.

¿ en que negociemos estas →

El by-pass espiritual

crisis determinará la índole de nuestro camino el resto de la vida. Hay quienes atraviesan un período de intensa sublección (tal vez en su adolescencia, o en los comienzos de la juventud), y al no encontrar soluciones dan por terminado el asunto y se olvidan para siempre de esa crisis existencial. Otros advierten la importancia de atreverse a cuestionar quiénes son y qué hacen, y quizá buscan ayuda en un psicoterapeuta o en un maestro espiritual.

Por lo común la gente inicia una terapia movida por la dolorosa sensación de estar en una trampa, sin saber qué hacer. A menudo enfrentan un problema inmediato, que puede resolverse en las primeras semanas o meses de terapia. Una vez que el conflicto agudo desaparece, tienen que decidir si seguirán trabajando para modificar la estructura subyacente que provocó la crisis.

Pero esa vieja estructura tiene una cierta inercia por toda la energía psíquica que hemos invertido en ella. Cuanto más aúsbamos la posibilidad de liberarnos, más fuertemente trata nuestra identidad de hacer valer su presencia; y como en sus orígenes la creamos a modo de defensa contra la inexistencia, la perspectiva de renunciar a ella nos enfrenta con el pánico ante la muerte y lo desconocido. La meta de la psicoterapia será expandir y distender la estructura de nuestra identidad abriéndola a dosis mayores de ser; la meta de la mayoría de los trabajos espirituales es abandonar la identidad por completo. Pero ya sea que nuestro proceso de crecimiento sea psicológico o espiritual, siempre alcanzamos un punto de opción existencial, en el cual debemos decidir si realmente queremos seguir adelante: "Si renuncio a mis viejos hábitos, ¿quién seré, en qué me convertiré? ¿Qué hay del otro lado de lo desconocido?"

Esta crisis es, fundamentalmente, una oportunidad curativa en nuestra relación con la inexistencia —o, dicho de otro modo, con la muerte. Y en ese momento se nos presentan tres opcio-

"El primer paso para utilizar nuestra neurosis como camino de avance es comprometernos a ver lo que sea, por mucho temor que nos inspiren las consecuencias."



nes; las dos primeras refuerzan nuestra dolencia, la tercera nos da un camino:

1. Podemos decidir "no agitar las aguas", no dar ese paso adelante hacia el territorio desconocido, por más que nuestra antigua identidad haya dejado hace tiempo de sernos útil. En la terapia, las personas suelen racionalizar este esquema neurótico diciendo: "Bueno, después de todo las cosas no son tan malas; tal vez mis antiguos hábitos me perjudiquen, pero al menos los conozco bien". Cuando hemos llegado a vislumbrar una mayor libertad y después nos replegamos, normalmente quedamos

más encerrados que antes en la antigua red. Nuestra identidad se vuelve más patológica, porque la estamos usando deliberadamente para escondernos de nuestro ser mayor.

2. Podemos empeñarnos en atacarnos constantemente a través de nuestro "crítico interno" castigador. Al no valorarnos, entramos en una terapia o una práctica espiritual para tratar de forzar un cambio. Pero esta manera de vivir según el ideal de lo que deberíamos ser disminuye la confianza depositada en lo que somos. Este empeño agresivo de cambiar contiene un gran autoengaño, al disfrazarse de camino hacia un modo de ser "más alto" o "más espiritual". Sin embargo, no es un camino en absoluto: no nos lleva hacia lo desconocido, sino que sustituye nuestra vieja identidad por otra tan limitadora como aquella.

3. La tercera posibilidad consiste en avanzar enfrentándonos a lo que somos y trabajando a partir de eso. A tal fin, tenemos que empezar por hacernos amigos de nosotros mismos. Esto implica por un lado aprender a "dejarnos ser", a dejar que nuestro ser se despliegue y florezca y, por otro lado, convertir los defectos y obstáculos de nuestra personalidad en los escalones de un ascenso.

Hazte amigo tuyo

Antes de iniciar cualquier cambio es preciso ver qué es lo que hay. Y ver qué es o que hay puede ser simple, pero no fácil; porque lo corriente es que veamos nuestra versión propia de la realidad, y no lo que realmente está aconteciendo ante nuestras narices. Nos ciegan los temores y los anhelos, las percepciones y sentimientos condicionados, las creencias y las opiniones a las que nos adherimos.

Así, pues el primer paso para utilizar nuestra neurosis como camino de avance es comprometernos a ver lo que sea, por mucho temor que nos inspiren las consecuencias. En este sentido, nos será

útil algún tipo de práctica de toma de consciencia.

La meditación con "plena presencia mental", por ejemplo, nos ofrece un modelo básico del "dejarnos ser". Al sentarnos a meditar descubrimos hasta qué punto nos aferramos continuamente a nuestra identidad, y hasta qué punto nuestros pensamientos son una especie de pegamento que mantiene aglomerada esa estructura. Si persistimos, sin juicios ni inculpaciones, esa misma consciencia sostenida actúa a modo de un solvente que empieza a diluir el pegamento. Al distenderse nuestra identidad, palpamos las cualidades nutrientes de nuestro ser encerrado en ella y nos relajamos más aún, vivenciamos la bondad esencial en la que podemos realmente confiar, más allá de toda estructura.

Cuando empezamos a ver "lo que hay" habitualmente no nos gusta, y nos rebelamos contra lo que las tradiciones orientales llaman nuestro *karma* personal, esa enmarañada mezcla de acciones y reacciones que es producto del condicionamiento, el hábito, la falta de consciencia, los automatismos, la soberbia, la codicia, la mezquindad, los temores, etcétera. Ya hemos visto lo que hay, pero dudamos que alguna vez seamos capaces de manejarlo.

A estas alturas es fundamental que nos traemos con extrema condescendencia. Tenemos que crear un espacio cordial en el que podamos abrirnos de modo activo ante la experiencia, sin agresiones ni sentimientos de culpa. Esto no significa que vaya a gustarnos lo que allí encontremos. Si un aspecto de nosotros mismos nos resulta intolerable, debemos reconocer este disgusto como parte de lo que es. Si otro aspecto nos provoca miedo, tenemos que dar cabida al miedo. Surja lo que surja, nos dejaremos ser como somos.

Así iremos tomando contacto poco a poco con nuestro corazón, ese "lugar" interior en que sentimos la ternura o ternura de lo humano, la vulnerabilidad

nuestra ante la gente y ante la vida. Como sendero que lleva hacia adelante, nuestra vida tiene que apoyarse en la expansión del corazón para abrir un espacio compasivo que nos permita desanudar y extraer la energía y la inteligencia contenidas en nuestros esquemas neuróticos.

Si nuestro corazón es una llama, nuestros restos kármicos son el combustible que la hace arder. La llama necesita ese combustible para crecer en tamaño e intensidad, y al consumirlo, vuelve a acceder a la apertura esencial del ser, cercado y aprisionado en la estructura de la personalidad.

En el corazón se intersectan la existencia y la inexistencia. Es el sitio en el que estamos a la vez más llenos y más vacíos: llenos de vida, vacíos de yo. Allí es donde sentimos más patéticamente el terreno en que se asienta nuestro ser, con su existencia y su inexistencia. Y para poder abandonar nuestra segura identidad, debemos entregarnos a este suelo más vasto:

La transmutación de la neurosis

Al abrir los cerrojos a nuestro ser potente suelen desprenderse enseguida ciertos aspectos periféricos de nuestra personalidad, pero otros, más centrales, tienen invertida en ellos demasiada energía psíquica como para caer tan fácilmente. Si pretendemos extirparlos de plano, tanto más se resisten. Lo que se requiere en estos casos no es una aniquilación sino una transmutación.

Por ejemplo: uno de mis clientes tenía dificultades para superar su vieja identidad negativa, una postura netamente opositora frente al mundo, cuyo libreto era: "No quiero, y tú no me obligarás". Siendo niño, esta estrategia había tenido valor de supervivencia, como defensa ante una madre devoradora e invasora en su amor. Ese "no" básico contenía inteligencia: era su modo de negarse a ser consumido por una madre dominante.

Durante muchos años trató en vano de "pensar en forma positiva". Imaginaba que ese aspecto suyo encarnado en su "no" permanente era un monstruo interior cuya principal tarea consistía en cerrar las válvulas de sus cañerías íntimas para no ser inundado por lo "otro" —los estímulos emocionales, el amor, el alimento del mundo. Y se sentía más "él mismo" cuando vivenciaba la poderosa vitalidad de ese monstruo.

Con el tiempo hizo las paces con el monstruo y comprobó que en verdad no quería quitárselo de encima. Era una parte suya que paternal y sinceramente procuraba protegerle. Dialogando con el monstruo, descubrió que podía encomendarle otra tarea mejor. En vez de resguardarle contra la amenaza de una invasión, podría, después de un reentrenamiento, preservarle de los bloqueos e impedimentos que se interferían con su incipiente vitalidad y apertura al amor. El "no" básico podía transmutarse en un "no" frente a todo lo que se opusiera al libre curso de su energía vital.

Esto ilustra que eso mismo que llevamos dentro y que nos parece lo más monstruoso e ingobernable, suele contener lo mejor que podemos brindarnos y brindar a los demás. Al atacarlo, nos vedamos el acceso a nuestra vitalidad potencial y nos empobrecemos. Cualquier problema, cualquier dolencia o confusión, todo aquello que nos parece insostenible en nuestra vida, es —si lo afrontamos, lo vemos, lo sentimos, trabajamos relación con eso, lo utilizamos— nuestro camino.

Es fácil desalentarse por la condición humana, y decirse: "¿Por qué tenemos que sufrir todo esto, por qué no vemos la luz?". La iluminación no es un punto de llegada, un estado ideal de la mente, un reino espiritual allá en lo alto: es un camino sobre esta tierra. Y este camino, que consiste en liberar las cualidades del ser que tenemos, valorarlas, proclamarlas, celebrarlas, y aplicarlas en nuestro beneficio y en el de los demás, es infinito. □

10.- POR SI BUSCAS SER TU PROPIO "TOP-DOG"
(NUMERO UNO, JEFE, GULA)

El ser humano es un "animal inconcluso" en descubrimiento permanente de lo que podemos llegar a ser y hacer. Nuestra naturaleza nunca es del todo definida. Y como jamás podemos aferrarnos a un sí-mismo sólido y

constante, nuestro sentido de la existencia nunca es seguro e inviolable. La naturaleza humana está siempre en un precario equilibrio al borde de lo desconocido, y al no percibir nuestra inexistencia real o potencial, nuestra vida esta marcada por la angustia.

Desde niños reaccionamos frente a determinadas amenazas, a nuestra supervivencia o a nuestro bienestar dentro de la familia y también a esa angustia existencia más universal. Tratando de protegernos y fortificarnos, creamos el sentimiento de que nuestro yo-mismo tiene existencia permanente, forjando así una identidad, una imagen y una historia que nos caracteriza y establece quienes somos.

Nos aferramos incluso a una imagen negativa de nosotros mismos aunque nos ahogue y nos anule, porque al menos nos da un sentido de existencia: "yo soy algo" y no el pavoroso "yo no soy nada."

Pero si bien toda identidad e identificación personal es magnífica en un comienzo a la larga es neurótica. Se convierte con el tiempo en una trampa, en un modo "cristalizado" de "ser en el mundo" que nos priva de la plenitud de nuestro ser y una relación cabal entre nosotros y todo lo que es.

La pérdida de las virtudes sanas y potentes de nuestro propio ser, se vuelve tan penosa que nos sentimos movidos a examinar concienzudamente que es lo que estamos haciendo con nosotros mismos. Es una crisis de identidad, estamos atrapados en una red fabricada por nosotros que nos separa de todo lo que no es "yo", no sólo el mundo y las demás personas, sino además el gran "otro" que llevamos dentro y que no reconocemos como propio.

Una crisis (como en medicina) es fundamentalmente una oportunidad curativa en relación con el "yo soy nada" (o como dice el escritor Luis Antonio de Villena "nadie, el el ser perfecto").

Tres opciones se nos presentan; las dos primeras refuerzan nuestra dolencia, la tercera nos da un camino:

1) Decidir "no agitar las aguas", no dar ese adelante hacia lo desconocido, aunque nuestra antigua identidad haya dejado de sernos útil hace tiempo (... "Bueno, después de todo, las cosas no son tan malas; tal vez mis antiguos hábitos me perjudiquen pero al menos los conozco bien ...").

Si hemos llegado a vislumbrar una mayor libertad (motivo de la crisis) y después nos replegamos, normalmente quedamos más encerrados que antes en la antigua red y nuestra identidad se vuelve más patológica.

2) Atacarnos constantemente, castigándonos con críticas internas. Este empeño agresivo de cambiar es un gran autoengaño, vivimos según el ideal de lo que deberíamos ser, disminuyendo la confianza en lo que somos. Disfrazamos de camino un modo de ser más alto o más espiritual, cuando en absoluto es un camino, no nos lleva hacia lo desconocido, simplemente sustituimos nuestra identidad por otra tan limitadora como aquella.

3) Avanzar, enfrentándonos a lo que somos, trabajando a partir de ello, de lo que somos, convirtiendo los defectos y obstáculos de nuestra personalidad en los escalones de un ascenso; aprender a "dejarnos ser", a dejar que nuestro ser se despliegue, "haciéndonos amigos de nosotros mismos" en definitiva.

Utilizar nuestra neurosis como medio de avance implica comprometernos a ver sin conocer, por mucho temor que nos inspiren las consecuencias.

"Como toma de consciencia la práctica de técnicas de meditación
nos ofrece un modelo básico de dejarnos ser".

Cuando empezamos a ver "lo que hay" y habitualmente no nos gusta, nos rebelamos contra nuestro "karma" personal, (esa enmarañada mezcla de acciones y reacciones que es producto del condicionamiento, hábito, falta de consciencia, automatismos, soberbia, codicia, mezquindad, temores, etc.) y dudamos que alguna vez seamos capaces de manejarlo.

Necesitamos crear o encontrar un espacio cordial en el que podamos abrirnos de modo activo ante la experiencia, sin agresiones ni sentimiento de culpa, un "lugar" donde reconozcamos y demos cabida a todo lo que somos aceptándonos.

Poco a poco iremos tomando contacto con ese lugar, nuestro "corazón" interior, nuestro "centro" como seres en el que sentimos la ternura de lo humano y la vulnerabilidad ante la gente y ante la vida.

Nuestra vida tiene que apoyarse en la expansión del corazón para abrir un espacio compasivo que nos permita desanudar y extraer la energía y la inteligencia contenidas en nuestros esquemas neuróticos.

Peró si bien los aspectos periféricos de nuestra personalidad se desprenden enseguida, los más centrales, con su gran inversión en energía psíquica, no caen tan fácilmente.

Requieren una transmutación y no aniquilarlos o extirparlos de pleno que produciría una mayor resistencia, desgaste psíquico y desaliento.

