

Introducción



Yo soy una persona: a primera vista, parece obvio; sin embargo, ser una persona no es nada sencillo. Tengo la cabeza llena de preguntas sobre mí mismo y, con frecuencia, no encuentro respuestas claras. ¿Se oculta mi persona detrás de una máscara? De hecho, la palabra «persona», de origen greco-latino, significa «máscara».

Los griegos y los romanos representaban sus grandes tragedias en inmensos teatros al aire libre. Los actores estaban a bastante distancia de los espectadores, por lo que tuvieron que inventar un medio de amplificar los rasgos y las voces de los personajes. De ese modo se creó la *persona*, la máscara capaz de llevar lejos el sonido de la voz de los actores, a la vez que agrandaba el rostro. En cierto modo, la máscara se identificaba con la persona, y ello da mucho que pensar, pues pocas personas permiten que se vea su verdadera identidad; muchos presentan sólo una apariencia artificial y sin consistencia: una máscara. ¿Será que no han encontrado el camino de su corazón?

Sin embargo, está en vías de producirse un cambio. Hay una palabra, que hasta hace poco estaba reservada a la ciencia-ficción y que ahora figura cada vez más en nuestro vocabulario, para designar a la verdadera persona. Es la palabra «mutante». El mutante es un ser que presenta características nuevas respecto a las que tenían sus ascendientes. Sus nuevos rasgos van en el sentido de una evolución de su consciencia. Se produce una transformación

profunda de valores. Prescindiendo de las apariencias externas, muchos se concentran en su realización interior y se liberan de lo material para entregarse a lo espiritual. Son personas que arrojan su máscara, que dejan a un lado el parecer y se dedican a buscar el ser. Son mutantes.

¿Por qué la mayoría de las personas vive toda su existencia con una máscara, mientras que sólo una pequeña minoría emprende este camino, que, según se dice, es el menos frecuentado? ¿Por qué son tan pocos los mutantes? ¿Soy yo un mutante?

El responsable de esa discordancia es el nivel de consciencia de los individuos. Lo que a algunos les falta es despertar, la iluminación. La persona no ha llegado al punto en que la intensidad de su ser haga saltar la chispa que abre a la luz interior.

Las tinieblas conllevan la insignificancia de los actos y de las palabras e incluso, a veces, gestos absurdos.

Recientemente, la televisión presentó un hecho turbador. En una ensenada de la costa oeste norteamericana, dos nutrias marinas empezaron a frecuentar el muelle y a familiarizarse con los vecinos y con los veraneantes, y se estableció un pacto amistoso: algunas de sus acrobacias eran recompensadas con un pez. Era magnífico: el circo al alcance de la mano.

Después sobrevino el drama. La confianza en los humanos de una de las nutrias fue traicionada. Una mañana la encontraron agonizando en el muelle, y se intentó salvarla en vano. Nadie comprendió el hecho, y muchos lo sintieron. Pero todavía quedaba la otra nutria, a la que aún mimaron más. Eso fue su perdición. Alguien le tendió una trampa. Metió un explosivo en un pez, y la nutria explotó al tragárselo. Por supuesto, se buscó al culpable para hacerle pagar una multa de veinte mil dólares.

¿Dónde radica de verdad el drama? En el inconsciente de un individuo intensamente desgraciado. En su zona de

tinieblas, que, con el furor de la desesperación, le impulsa a intentar liberarse de su atroz sufrimiento.

¿Cuál fue la vivencia de ese individuo? Poco a poco, fue viendo que cada vez había más gente interesada por las nutrias marinas. Veía que se les concedía importancia, reconocimiento y atención. A la larga, tal espectáculo le resultó intolerable. Ya no podía soportarlo. Ni él mismo era capaz de comprender por qué reaccionaba de modo tan distinto al de los demás, ni tampoco se lo planteaba. Un día, su sensación de dolor se le hizo insoportable y se materializó en una violencia asesina contra las nutrias. Pero, si no buscaba en su propio interior el porqué de ese ansia de venganza, por muchas nutrias que matara para apaciguar su sufrimiento, éste no desaparecería.

Si hubiera sido capaz, por sí mismo o con ayuda de alguien, de leer su vivencia interior y desenmascarar su inconsciente, ésta sería la respuesta que podría estar inscrita en él a partir de su historia personal:

Bajo una máscara de inocencia, arrastraba una pesada carga, compuesta de un sentimiento de abandono y de rechazo, acompañado de una fuerte agresividad negativa. Este individuo, durante su infancia, no había sido un niño admirado, reconocido y acogido como él necesitaba. Nadie jugaba al circo con él. Nunca disfrutó ni de la centésima parte de la atención e importancia que veía se prestaba gratuitamente a las nutrias. Esta carencia le dolía y le hacía detestar con toda su alma a las personas que tenían el deber expreso de dar respuesta a su necesidad esencial de ser reconocido.

Su mente ignoraba todas estas cosas, pero sus entrañas lo sentían y se rebelaban. Cuando veía el espectáculo de las nutrias convertidas en *vedettes*, se despertaba en él una envidia visceral y, simultáneamente, una cólera no menos visceral; algo sobre lo cual su mente no tenía control, porque su consciencia no había despertado. El inconsciente, como un tirano, le impulsaba a destruir lo que le parecía

ser la causa de sus emociones dolorosas. Si hubiera aprendido a conocerse a sí mismo, habría sido capaz de resolver este conflicto, que le hería constantemente a él y también a los inocentes que le rodeaban. Incluso ignoraba la existencia de ese inconsciente y, lo que es más, los medios para descifrarlo a partir de los mensajes que le enviaba en diversas situaciones críticas.

Si se hubiera producido el despertar de su consciencia, aquel individuo habría captado claramente que estaba alimentando en sí mismo una rabia asesina contra sus padres, representados en este caso por los admiradores de las nutrias marinas. Su padre y su madre no habían hecho por él lo que todas aquellas personas hacían por aquellos animales. Pero él no podía matarlos a todos ellos, simbólicamente sus padres. Lo único que le quedaba era matar —sintiéndolo mucho, sin duda— a las nutrias, que representaban la infancia amable, atendida y admirada que él tenía derecho a haber conocido, pero cuya carencia había abierto una honda herida en su corazón. Le habría gustado estar en el lugar de las nutrias para recuperar lo que había perdido para siempre. Pero, como era imposible, no le quedaba más remedio que destruir aquel espectáculo que reavivaba continuamente su dolor.

Si este individuo hubiera intentado mirar en su interior para leer el libro de su vida, habría logrado esa toma de conciencia. Consiguientemente, habría podido emprender el proceso de resolución de su tremendo conflicto. Las nutrias seguirían vivas, y él, junto con los demás, habría podido participar en aquel circo improvisado en el que la ingenuidad, la espontaneidad y la confianza mutua sembraban sonrisas y alegría.

En su libro *C'est pour ton bien*, la psicoanalista Alice Miller hace una interpretación similar del trágico destino de Hitler: «La infancia de Adolfo Hitler nos permite estudiar la génesis de un odio cuyas consecuencias fueron millones de víctimas. [...] En los primeros años de la vida

aún es posible llegar a olvidar las peores crueldades e idealizar al ofensor. Pero todo el desarrollo posterior pone de manifiesto que la historia de la persecución de la primera infancia quedó grabada en alguna parte, y entonces se muestra ante los espectadores, a los que se les presenta con increíble precisión, pero precedida de otro signo: el niño torturado se convierte, en la nueva versión, en el torturador»¹. Un poco más adelante, afirma también: «Estoy absolutamente persuadida de que detrás de todo crimen se oculta una tragedia personal»².

Pero no todo está perdido. Si el individuo que masacró a las nutrias hubiera intentado hacer una introspección para comprender lo que experimentaba, podría haberse hecho consciente de lo que he expuesto, y entonces habría podido modificar su comportamiento. Toda la situación tendría una perspectiva diferente.

¿Y yo? ¿Cuándo llegará la hora de emprender un verdadero proceso de conocimiento de mí mismo? Seguramente es verdad que yo no soy autor de crímenes espectaculares. Sin embargo, ¿no es igualmente cierto que, sin quererlo y sintiéndolo mucho, a veces soy el torturador de alguna víctima inocente, empezando por mí mismo y por las personas a las que más quiero? ¿Y no es cierto, también, que tolero mal las imperfecciones de los demás?

Durante toda una época de mi vida he pensado que, si mis hijos fueran menos exigentes e indiferentes, nuestra casa no sería escenario de tantas y tan interminables discusiones; que si mi jefe fuera menos brusco, yo haría mucho mejor mi trabajo; que si mi pareja no fuera tan puntillosa y tan desgradable, yo sería mucho menos desconfiado; que si mi amigo fuera más cordial y comprensivo, yo me sentiría querido/a; que si la temperatura fuera

1. MILLER, Alice, *C'est pour ton bien*, Aubier Montaigne, Paris 1984, pp. 171-172.

2. *Ibid.*, p. 206.

más agradable..., si la vida no fuera tan cara... y, sobre todo, si el gobierno asumiera sus responsabilidades..., seguro que yo podría ser feliz. He estado esperando que cambiara el universo entero, ¡nada menos! Todo sería tan fácil para mí... ¡Menuda ganga...!

Pero corro el peligro de morir mucho antes de que se produzcan todos esos maravillosos cambios, y me condeno a vivir desgraciado soñando que podría ser yo mismo y sentirme muy a gusto si no existieran algunas personas y si el mundo no estuviera tan patas arriba.

Suena para mí la hora de emprender una búsqueda interior cuando caigo en la cuenta y acepto que hay muchas posibilidades de que la directora de mi colegio siga siendo obtusa y autoritaria; de que mi pareja siga estando a la defensiva quizá durante años; de que mi suegra no sea ni discreta ni demasiado indulgente; de que seguirá habiendo domingueros y señoras estiradas y niños muy inquietos. Sí: cuando comprenda que existe una gran miseria humana y que el único medio posible de aliviarla realmente consiste en transformarme yo a mí mismo, ya que, en lo que a mí concierne, soy una célula de esta gran familia humana que está tan enferma, y, mientras la familia esté enferma, también yo lo estaré. Si acepto clarificar la porción de tinieblas que me habita, seré capaz de sanear el mundo, podré hacer más luminosa la materia y, sobre todo, y a pesar de la dureza de la vida y de sus vicisitudes, podré experimentar la paz y la armonía conmigo mismo y con los demás.

La hora de aprender a conocerme a mí mismo y a orientar bien mi vida suena cuando se despierta en lo más hondo de mí mismo el deseo de recuperar mi rostro original, la cara sencilla y hermosa que yo tenía antes de fabricarme esta máscara que, a tan alto precio y con tantas fatigas, intento llevar.

Suena esa hora cuando dejo de creer en los Reyes Magos y aprendo por fin, después de muchas decepciones,

a creer en las fuerzas de la vida, que me llaman a colaborar conscientemente con ellas.

¡Ojalá esa hora me permita recorrer el camino que va
De la cabeza al corazón!

En la India, para simbolizar a un ser humano en búsqueda de sí mismo, se utiliza la imagen del carruaje, con sus caballos, su cochero y su pasajero. En ella se plasma el viaje de la vida. Por un camino, en algún lugar del mundo, en un momento concreto, transita un pasajero sentado en un carruaje tirado por caballos. El cochero, en el pescante y con las riendas en la mano, controla el destino del viaje. Ese conjunto me retrata: yo soy a la vez el carruaje, los caballos, el cochero y el pasajero. Ésas son las cuatro piezas clave de mi «puzzle» personal. ¿Qué sería de una de ellas sin las demás? ¿Qué pasaría si cada una de ellas no ocupara su propio lugar o no desempeñara su propio cometido? ¿Cuáles son esos cuatro aspectos que constituyen la esencia de mi persona? ¿En qué mundo y por qué camino voy viajando? Ahí reside el *suspense* de la aventura que se me ofrece en las páginas de este libro.

En él, como en mi libro anterior, *Tengo una cita conmigo*, encontrarás unas LVI (*Lecturas de la Vivencia Interior*), es decir, unas preguntas que te pondrán en la pista de tus propias respuestas personales. Este sencillo procedimiento permite señalar el camino para que la búsqueda sea coherente. Se trata de salir de la vaguedad y la imprecisión y de posibilitar la apropiación inteligente de las realidades que constituyen el núcleo de la vida. Algo que no se aprende en el colegio y que, sin embargo, es esencial para alcanzar la felicidad.

