



El Sombrero ...bueno para la cabeza

Psicoterapia y Espiritualidad

Publicación virtual conjunta entre la Escuela de Gestalt
Claudio Naranjo Transformación Humana Colombia
y la Asociación Colombiana de Terapia Gestalt

Volumen 3, número 1
Febrero-Abril, 2012

En este número entrega especial de Jorge Llano



Transformación Humana
Escuela de Gestalt Claudio Naranjo



Asociación Colombiana de
Terapia Gestalt

Transformación Humana

Escuela de Gestalt Claudio Naranjo

PBX: 620 6320

escuela@transformacionhumana.com

Bogotá, Colombia

Grupo Editor

Catalina Correa

Iván Ramírez Calderón

Redacción

Iván Ramírez Calderón

Marco Antonio Pardo Suárez

German Forero Laverde

Luisa Alvarenga Scanavacca

Beatriz Helena Vega

Luisa Ospina Fassbender

Juan Sebastián Restrepo

Jorge Llano

Diseño

Ficto

Fotografías: stock.xchnng

Revista El Sombrero

... Bueno para la cabeza

Psicoterapia y Espiritualidad

Publicación virtual conjunta entre la Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana Colombia y la Asociación Colombiana de Terapia Gestalt.

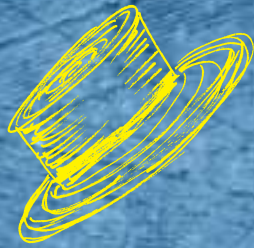
Volumen 3, número 1

Febrero-Abril, 2012



Tabla de Contenido

| | |
|--|----|
| Editorial | 4 |
| La experiencia gestáltica se vincula con lo sagrado | 6 |
| <i>Iván Ramírez Calderón</i> | |
| Sobre la Gestalt y el Cristianismo | 10 |
| <i>Marco Antonio Pardo Suárez</i> | |
| Fragmentos de las memorias de los estudiantes que han finalizado su proceso de formación en Gestalt | 16 |
| “Ahora voy a introducir el Yoga de los sueños” | 20 |
| <i>Germán Forero Laverde y Luisa Alvarenga Scanavacca</i> | |
| El Gran Refugio | 26 |
| <i>Beatriz Helena Vega</i> | |
| El trasfondo de Transformación Humana | 28 |
| <i>Luisa Ospina Fassbender</i> | |
| La Gestalt y el Dios que baila | 30 |
| <i>Juan Sebastián Restrepo</i> | |
| Entrega especial: El Desierto | 40 |
| <i>Jorge Llano</i> | |



Editorial

¿Cómo se entrecruzan la psicoterapia con el desarrollo espiritual?, ¿son procesos de naturaleza diferente?, ¿es posible desarrollar un proceso psicoterapéutico que se desligue de un desarrollo o expresión espiritual, cualquiera que sea?, y ¿es posible tener una búsqueda espiritual profunda que en si misma no sea terapéutica? A atender estas preguntas esta dedicado este primer numero del año de la Revista El Sombrero, bueno para la cabeza.

El primer artículo *La experiencia gestáltica se vincula con lo sagrado* hace un recorrido a través de algunas de las premisas de la Gestalt como psicoterapia profunda, establece puntos de encuentro entre la experiencia del presente, el contacto con el si mismo mas allá de las barreras del ego y el encuentro con experiencias existencial y espiritualmente significativas como el vacío, el sin sentido y la muerte. Abre este artículo una reflexión sobre la espiritualidad de la Gestalt en el contexto Judeo Cristiano de nuestra cultura. Así, en *Sobre la Gestalt y el Cristianismo*, el autor expone algunas consideraciones que Fritz Perls hace sobre las Religiones y profundiza en como las enseñanzas del Cristianismo encuentran eco en la búsqueda de transformación personal también halladas en la Gestalt y encarnadas por Perls.

En *Fragmentos de las memorias de los estudiantes que han finalizado su proceso de formación en Gestalt* se comparten algunas experiencias que hacen parte del proceso de formación, el cual se entiende es un proceso psicoterapéutico, y se deja entrever cómo ese mismo proceso atañe a la vida espiritual de quien narra la experiencia. Luego, en *Ahora voy a introducir el Yoga de los sueños* se presenta un fragmento de trabajo eminentemente espiritual con el Lama Tenzin Wangyal Rimpoché,

quien hace un recorrido sobre el trabajo de los sueños y los condicionamientos psicoespirituales de la vida cotidiana. En *el Gran Refugio* y *el Trasfondo de Transformación Humana*, las autoras comparten su experiencia personal de entrega, confianza, aceptación y renuncia.

Cerrando esta edición *La Gestalt y el Dios que baila* presenta un completo, honesto y abierto examen sobre la Religión, la mitología, los Dioses como arquetipos encarnados, la vida, la psicoterapia y la espiritualidad, en el que transversalmente aparece Fritz como figura seminal. Y como entrega especial *El Desierto*: Jorge Llano presentándose y mostrando aspectos de su esencia de buscador, de hombre y de padre.

Estimados lectores, esperamos que este número del Sombrero (bueno para la cabeza) les sea estimulante. Felizmente hemos encontrado que son cada vez más las personas que siguen las publicaciones de la revista. Nuestro propósito es llegar a ustedes, nuestro público, y compartirles experiencias que han sido y son significativas en nuestro camino de desarrollo con el ánimo de abonar para el suyo. Precisamente queremos invitarlos a que estén en contacto con nosotros de tal forma que si tienen una sugerencia sobre algún tema o contenido en general para ser trabajado, nos lo comuniquen a escuela@transformacionhumana.com allí atenderemos sus sugerencias y comentarios.

Iniciamos entonces con este número un nuevo año de publicaciones, y estamos emocionados de que así sea.

Iván Ramírez Calderón

La experiencia gestáltica se vincula con lo sagrado

Iván Ramírez Calderón*

*Terapeuta. Docente del programa de formación en Gestalt, Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana.

Vivir gestálticamente, en el momento presente con lo que hay, también significa asumir el destino propio, la fragilidad, el vacío y la muerte.

Una afirmación como esta implica cuestionar el paradigma que sostiene toda la modernidad: pretender controlar cada vez más y con mayor precisión, las variables a través de las cuales la naturaleza se expresa, no solo la naturaleza como cuna de todo lo conocido, sino también la naturaleza del hombre. La vida moderna significó para las sociedades entrar en un ambiente de normalización. Entonces se clasifican los comportamientos como aceptables e inaceptables; el desarrollo personal como esperado o “anormal”; a la vez que se promueven pautas estandarizables sobre lo que por ejemplo es el éxito personal, o lo que implica ser hombre o mujer.

A este constructo se le ha llamado civilización. Y está bien que sea así. Se requieren estructuras sociales para mantener las sociedades. Aun así, el tema se vuelve más determinante cuando se examina de cerca el precio del proceso civilizador en los individuos. Freud descubrió que el proceso civilizador implica introyectar las normas, sublimar impulsos y lidiar con una instintividad aparentemente destructiva (Freud, 1993). Él era pesimista con relación al papel de los instintos en la civilización.

Sin embargo, Perls no es pesimista con relación a los instintos, más bien confía en ellos, y en la comprensión del ser humano como un ser íntegro, neurótico también, pero que puede regularse sin sacrificar partes de sí mismo. De hecho, Perls (2010) dice que “todo control, incluso el control externo interiorizado –tú debes-, interfiere con el funcionamiento sano del organismo. Hay solamente una cosa que debe ser la que controla: la situación” (p. 28).

Esta afirmación cuestiona directamente la ilusión de control, de control de los pensamientos y/o emociones, de control de los hechos, personas o situaciones, lo cual a la luz de la Gestalt es más bien manipulación. Y al cuestionarla plantea la convicción existencial y espiritual de la Gestalt: vive en el presente, contáctate con lo real y lo espontáneo, confía en ti y en lo que surja, se tu mismo, no manipules, ¡más bien exprésate!

Cuando se vive gestálticamente se está en contacto con la amplitud del momento presente; se está en contacto con la novedad de experimentar de manera diferente hasta el más repetitivo suceso de la vida cotidiana. Con esta actitud la vida es entonces un flujo continuo de experiencias novedosas que por sí solas tienen su propio sentido y su propio lugar.

Hay dolor cuando hay dolor, hay alegría cuando hay alegría, hay encuentros con personas, hay intercambios de opiniones, hay proyectos conjuntos y proyectos solitarios, hay amores y hay molestias, hay desencuentros y hay distancias, y todo aquello cuanto sucede es cierto ya que sucede. Y nada de lo que te sucede a ti o nada de lo que me sucede a mí en mi propia vida, se superpone restándole sentido o quitándole lugar a otros aspectos de mi vida. Es por eso que las cosas llegan cuando han de llegar. Es por eso que el trabajo llega cuando ya tiene espacio; es por eso que las amistades se van cuando ya han agotado el camino conjunto. Es por eso que los amores se separan como una muestra de amor.

Y ese flujo de la vida se mueve solo. Es sabio de por sí. El fluir de la vida es la autorregulación orgánica. Es la confianza en que aquello que necesite ha de mostrarse o ha de llegar si se está atento. Es la confianza en que al hacerse a un lado consciente del velo neurótico, el organismo se regulará y encontrará cómo equilibrarse y posicionarse más sanamente (Perls, 2010). Esta es quizá la parte existencial y espiritualmente más exigente: saberse neurótico, envuelto en un velo de distorsiones de sí mismo, de la gente y de la naturaleza. Hacerse cargo de aquello que todo el tiempo se evitó. Hincarse ante lo más grande y decir no lo puedo todo, no lo sé todo. Poderlo todo, saberlo todo, es entonces una ilusión, es una pretensión egocéntrica nutrida por la mente.

Claudio Naranjo lo explica diciendo que “el organismo sabe lo que quiere y la mente analítica nunca podría tener la complejidad para competir con la riqueza y la complejidad orgánica. Y lo mejor de la vida viene como en el arte, viene como hecho desde la profundidad, es decir, la persona se autointerfiere demasiado al querer hacer las cosas desde su mente pequeña” (Ramírez, 2011). Entonces se intuye que hay algo más allá de los propios condicionamientos neuróticos, algo más allá de las fronteras creadas por maneras de ser rígidas donde los instintos, las creencias, las emociones parecen tener forma preestablecida, invariable, y unidimensional.

Este “algo” es la consciencia. Es el awareness del que habla Perls, el acto de comprensión no solo mental, sino también el acto integrador de las partes veladas o rechazadas de sí mismo. En algunas tradiciones espirituales esta consciencia es el mismo Ser. Swami Muktananda dice que en el Shivaísmo de Cachemira, una vertiente del Hinduismo, y en el Hinduismo en general, el Ser es Luz y Consciencia. (Muktananda, 1982). Luz para iluminar lo velado, Consciencia para integrarlo, para verlo, tener contacto, aceptar.

La Gestalt dice que en el proceso de ser consciente hay un vacío fértil. Un lugar de vacío, de indiferencia, es decir, un punto donde la identificación con la autoimagen (los conceptos idealizados o fantaseados de sí mismo) no tienen como sostenerse. ¿Qué queda entonces cuando no queda nada? Cuando ya se han peleado batallas, cuando se recorren los autoengaños, cuando se ha dado tanto lugar a las fantasías, a las prevenciones, y se reconoce como propia la cara del miedo o de la venganza, del reclamo o del castigo. Allí no hay otra, la misma vida empuja hacia adelante, ya no somos crédulos y no podemos creernos más nuestros autoengaños. Entonces solo queda saltar al “abismo”, asumir el vacío. El espacio donde no hay nada, donde todo puede ser creado, donde a través de cada uno se expresa la totalidad, el Ser, y simultáneamente, el espacio que también nos enfrenta a lo finito, a la muerte.

Hacerse a un lado para que la vida fluya y se autorregule es precisamente también verle la cara a la muerte, a lo irremediable, a la propia fragilidad, y así asumir lo que haya que asumir, soltar lo que haya que soltar, limpiar lo que haya que limpiar. Allí la persona es otra, está en otro lugar en donde es más sana, más responsable, más abundante, más serena, más centrada. Y en ese lugar no hay dramatismos, no hay afanes de apegos o compulsiones. Lo que hay es consciencia, presencia y vacío. Este espacio es lo que Claudio Naranjo llama el espacio neutro de la Consciencia. (Ramírez, 2011)

Cuando estamos más enterados de nuestras compulsiones, de nuestras evitaciones, de nuestros apegos; cuando tenemos una experiencia que cada vez más se amplía sobre cómo estos se expresan, somos algo así como pasajeros conscientes que se dejan conducir por la vida, por la autorregulación orgánica. No empujamos, no nos estancamos, simplemente somos y tomamos nuestro presente y nuestro destino por las manos. En este punto, la experiencia gestáltica es una experiencia que se conecta con lo sagrado.

Referencias

Freud, S. (1993). El malestar en la cultura. En J. Strachey (Ed.) y J. L. Etcheverry & L. Wolfson (Trads.). Obras Completas. (Vol 21). Buenos Aires: Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1930)

Muktananda (1982). ¿A dónde vas? México: Siddha Yoga.

Perls, F. (2010). Sueños y existencia. (20ª ed.). Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Ramírez, I (2011). La Terapia Gestalt y la presencia terapéutica de Fritz Perls: una entrevista a Claudio Naranjo. *Universitas Psychologica*, 10, 287-296.

Sobre la Gestalt y el Cristianismo

Marco Antonio Pardo Suárez*

"¿Cuándo aprenderé
a confiar plenamente
en mí mismo?"

Perls

A propósito de la clase sobre los fundamentos filosóficos de la Gestalt, me llamó la atención de una manera particular, la gran importancia que se le da a las corrientes del pensamiento oriental como son el Taoísmo y el Budismo; y, en el pensamiento occidental el existencialismo. Siento que no sólo subyace una fundamentación filosófica, que como disciplina psicológica la dota de la rigurosidad, la objetividad y la precisión propia de una disciplina científica, sino que además abre una posibilidad de un fundamento trascendental dado por el Taoísmo y el Budismo.

A partir de esta presentación surge una serie de cuestiones que para mi búsqueda, mayor claridad y conocimiento de la Gestalt me parecen que no deben pasar desapercibidas, todo

lo contrario, puede ayudarme a una mayor comprensión en este tema:

¿Cuál es el contexto socioeconómico y político en que surge la Gestalt como psicología y como terapia?

¿Cómo se articula la Gestalt como terapia con el Taoísmo?

¿Cómo se articula La Gestalt como terapia con el Budismo?

¿Cómo se articula la Gestalt con el Existencialismo?

¿Cómo se desarrolla la practica terapéutica de la Gestalt en contextos Taoístas y Budistas?

La respuesta a estas preguntas creo que han sido ampliamente pensadas y desarrolladas según se deja ver en el desarrollo de la clase, por eso en este momento no son el centro de mi inquietud, pero me sirven para contextualizar y para formular el problema o la cuestión que más me interesa:

¿Si la Gestalt surge en el mundo occidental en un contexto Judeocristiano por qué no se presenta una articulación con éstas formas es-

* Estudiante de primer año del programa de formación en Gestalt, Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana.

pirituales como sí se hace con el Taoísmo y el Budismo?

Creo que esta integración de Espiritualidad Cristiana y Terapia Gestalt es de doble vía: también la espiritualidad aporta a la terapia Gestalt. La fe, bien vivida, es un excelente aporte al equilibrio psicológico y emocional. No dudaría en afirmar que, en igualdad de condiciones, es muchísimo más feliz, plena y humana una persona con fe religiosa o cristiana que sin ella.

¿Subyace a la terapia Gestalt una inquietud o tendencia trascendente desde el punto de vista espiritual? Esta pregunta surge porque en la manera de expresarse Fritz Perls nos deja ver la tensión en que él se encuentra frente a lo existencial y a lo religioso. Lo que quiero subrayar es esa tendencia y esa tensión que hay en el hombre hacia lo trascendental, cuestión que solo quiero plantear pero que vale la pena ahondar con más dedicación.

“Había intentado hacer del psicoanálisis mi hogar espiritual, mi religión. Mi desinterés por continuar con los puntos de vista de Goldstein,

no se debía a mi lealtad con Freud, sino que a mi temor de quedarme una vez más sin un apoyo espiritual.” Fritz Perls.

Aunque Perls se declara temprano en su vida como un ateo no significa que pierda de vista el sentido trascendental del ser humano, su actitud es comprensible si se mira el contexto religioso en que se mueve y el antitestimonio religioso de su padre, es posible que ésta situación lo lleve a buscar otras manifestaciones religiosas en el Taoísmo y en el Budismo. *“Mis padres eran Judíos “asimilados”, en especial mi papá. Esto significa que, por un lado vivía avergonzado de su pasado y que, por otro, mantenía alguna de las costumbres tradicionales; iba al templo en los días festivos, por si acaso Dios estaba en alguna parte. Yo no podía soportar esa hipocresía y tempranamente me declaré ateo. Ni la ciencia, ni la naturaleza ni la filosofía ni el marxismo podrían llenar el vacío dejado por un hogar espiritual. Hoy me doy cuenta que esperaba que el psicoanálisis llenara ese hueco.”* Perls.

¿Las manifestaciones religiosas son una manera de distraer a la persona y apartarla de su

verdadera responsabilidad de hacerse cargo de sí misma? *“...Entonces me llegó la iluminación: ¡no más apoyo espiritual, ni moral, ni financiero proveniente de otras fuentes! Todas las religiones me parecían crudezas inventadas por los hombres. Yo debía tomar la responsabilidad de mi existencia por mi propia cuenta.”* Perls.

Hay realidades que quiero resaltar. El vacío existencial. Apoyo espiritual. Fuente en la que se debe buscar. Este grito de libertad, de iluminación, este darse cuenta de la necesidad de responsabilizarse de su propia existencia, es una luz para la humanidad, es un camino de emancipación, es un verdadero grito de independencia del Ser. Perls me muestra otro enfoque, otra manera de vivir desde la fuente, no más apoyos, no niega la trascendencia sino que invita a vivirla desde una fuente distinta, el sí mismo.

No se trata de negarlo todo sino de ver articulaciones, me refiero a mi inquietud de ¿cómo articular cristianismo y concretamente el Nuevo Testamento con la Gestalt. Yo creo que hay una fuente de vida, que hay que buscar dentro de sí y no fuera, que no me exime de la respon-

sabilidad de mi existencia sino que más bien me compromete y me realiza como persona.

*“Somos más que materia mortal.
Participando, existimos
En un estilo verdaderamente Budista.*

*El Dios triple es último,
Él es poder creativo
De todas las substancias universal.
La primera causa del mundo.
Él se estira en eternidad
Y Él se expande, es infinito.
Él es omnipotente, luego consciente
De cualquier cosa que hay por saber.*

*Luego la materia también es infinita.
El Espacio de todos los espacios,
Y el tiempo se llama eternidad.”* Perls.

*“La omni presencia de Dios
Está reflejando el darse cuenta”* Perls.

Estos versos no contradicen la posición de Perls frente a lo espiritual, yo veo un espíritu libre que no cierra posibilidades sino que abre horizontes.

Taoísmo.

En la clase se presenta el Tao como integrador, se busca la plenitud de la persona entera no su división:

“En vez de la plenitud de la persona entera, tenemos la fragmentación, los conflictos, la desesperación no sentida de la mente de cartón.” Perls.

Budismo.

El budismo enfatiza el momento presente:

*“La realidad no es más que
La suma de todo el darse cuenta
Como tus vivencias, el aquí y ahora.”* Perls

Y... ¿El Cristianismo qué?!

Bueno por ahora es un buscar y como tal quiero aventurarme a ensayar posibilidades, se me ocurre dar un vistazo gestáltico a la parábola del hijo pródigo e identificar en ella los distintos momentos de integración que se da en una persona.

En la parábola del hijo pródigo. Lc.15, 11-32. Una parábola de muchos signos y símbolos. Puedo ver el siguiente ciclo:

V.11. *“Un hombre tenía dos hijos. V.12. El menor de ellos dijo al padre: “Padre, dame la parte de la herencia que me corresponde” Y él les repartió la hacienda. V.13. Pocos días después, el hijo menor lo reunió todo y se marchó a un país lejano, donde malgastó su hacienda viviendo como un libertino.”*

El hijo menor toma la iniciativa; quiere tener lo que le corresponde de la herencia. Inicia un camino donde se pone de manifiesto el proceso de maduración, siente la necesidad de tener y utilizar lo que le pertenece en una búsqueda de autonomía y libertad.

Por otro lado el padre no pone ningún tipo de objeción, reparte la herencia, esto indica que asume los riesgos de la libertad de su hijo.

*“Yo hago lo mío y tú haces lo tuyo.
No estoy en este mundo para llenar tus expectativas.
Y tú no estás en este mundo para llenar las mías.
Tú eres tú y yo soy yo.
Y si por casualidad nos encontramos, es hermoso.
Si no, no puede remediarse.”* Perls.

De esta manera se inicia un ciclo de experiencia y de satisfacción de necesidades por parte del hijo menor una vez que por su vida libertina malgasta la herencia.

DESCRIPCIÓN DEL CICLO:

Primer paso: el hijo prodigo experimenta un gran malestar en el momento que está cuidando los cerdos. SENSACIONES DE MALESTAR. V.14. *“Cuando se lo había gastado todo, sobrevino un hambre extrema en aquel país y comenzó a pasar necesidad”*... V.16. *“Y deseaba llenar su vientre con las algarrobas que comían los puercos, pues nadie le daba nada.”*

La transformación surge desde las entrañas, es en las entrañas donde se gesta, emerge y crece la vida, es desde las entrañas que puedo vivir lo que soy. El hijo pródigo experimenta el hambre y la siente en las entrañas, esa expe-

riencia indica que la vida se está agotando y necesita ser alimentada. Es desde las entrañas que emerge el sentido que llena mi vida como persona o en las mismas entrañas experimento el vacío existencial. *“Por la entrañable misericordia de nuestro Dios, nos visitara el sol que nace de lo alto, para iluminar a los que viven en sombra de muerte, para guiar nuestros pasos por el camino de la paz.”* Lc. 1, 68-79. Lo espiritual es una cuestión entrañable, pues si Dios me está creando, me crea desde mi fuente profunda, desde las entrañas.

Segundo paso: Se da cuenta que en la casa de su padre las condiciones de vida son diferentes TOMA CONCIENCIA. V.17. *“Y entrando en sí mismo dijo: ¡Cuántos jornaleros de mi padre tienen pan en abundancia, mientras yo aquí me muero de hambre!”*

Tercer paso: el darse cuenta lo llena de energía y lo invita a tomar una decisión, la posibilidad de volver a casa. SE LLENA DE ENERGÍA DE ENTUSIASMO. V. 18. *“Me levantaré, e iré a mi padre y le diré...”*

Cuarto paso: Se pone en marcha hacia la casa de su padre. ACCIÓN O ACCIONES QUE

PUEDEN SACARLO DE SU CRISIS. V. 20 *“Y levantándose partió hacia su padre.”*

Quinto paso: camino de la casa de su padre planea el encuentro, al llegar a casa encuentra a su padre y pide ser perdonado. Encuentro con el padre: CONTACTO. V.20. *“Estando él todavía lejos, le vio su padre y, conmovido, corrió, abrazo a su hijo y le besó efusivamente.”*

Sexto Paso: el padre lo acoge y lo integra de nuevo. REALIZACIÓN. V.22 *“El padre dijo a sus siervos: Daos prisa; trae el mejor vestido y vestidle, ponédle un anillo en la mano y unas sandalias en los pies”.*

Séptimo paso. Ya integrado recobra su unidad y su lugar. UNIDAD. V.24. *“Porque este hijo mío había muerto y ha vuelto a la vida; se había perdido y ha sido hallado.”*

Encuentro en este ejercicio una dinámica, *“La cualidad más importante e interesante de una Gestalt es su dinámica, la necesidad imperiosa que una Gestalt tiene de cerrarse y completarse. Todos los días experimentamos esta dinámica.”*
Perls.

Me parece interesante ver esta dinámica desde varias perspectivas y la que más me llama la atención por ahora es verla desde la dinámica del desarrollo espiritual. Bueno por ahora es sólo una idea.

Este ejercicio me deja con una sensación de paz y por qué no de gozo, pues me abre a una posibilidad de leer el Evangelio con otra dinámica y siento que me permite una posibilidad de unidad y por qué no una integración con mi fuente.

Fragmentos de las memorias de los estudiantes que han finalizado su proceso de formación en Gestalt

A continuación se presentan varios fragmentos de los escritos que los estudiantes del programa de Gestalt realizan al finalizar su proceso. La intención de presentar estos fragmentos es simple: poner de manifiesto cómo un proceso de trabajo terapéutico permea todo lo que la persona es a la vez que responde al impulso de búsqueda de un vivir mejor con un sentido de vida profundo y congruente consigo mismo. Entre estas líneas es fácil permitirse asumir que esta búsqueda trasciende todos los ámbitos en los que las personas se desenvuelven, de tal forma que las conecta con su mundo interno, una suerte de experiencia interna íntima que no tiene forma y a la cual podemos llamar *espiritual*.

I

Cuando llegué a Transformación Humana estaba buscando una píldora que me aliviará un dolor y un vacío que tenía en mi interior. En ese momento venía de un proceso muy fuerte al terminar una relación amorosa después de cuatro años, no me sentía motivada en mi trabajo, no encontraba mi vocación, y no sentía una energía vital, simplemente sobrevivía, venía de una “salir” de una depresión, acababa de independizarme de vivir con mi mamá y estaba viviendo sola. Al llegar a Transformación después de buscar una salida con mi psiquiatra, yoga, xinestesis...esperaba que encontrara las respuestas que estaba buscando, encontrara mi sentido a la vida.

Al ingresar a la formación no me veía en los tres años, tal vez me visualizaba en el primer año, trabajar mi locura, escarbar en mi interior y no me veía como terapeuta.

II

En este momento estoy en mi presente como madre, verme en su totalidad, encontrarme con mi sombra, con mi propia postura ante la maternidad, sin juzgarme, sin pretensiones, sin ideas fijas, ir conociéndome y conociendo a mi hija cada día, descubriendo lo que hay dentro de mí. Acompañándola sabiendo que no es una extensión mía sino con toda su individualidad.

Mi vida la enfoco ante el servicio desde cualquier postura, ya no busco que algo extraordinario me ocurra o se me presente, que alguien descubra lo buena que soy, me abro a la vida con mi presencia y confío que lo que hay y lo que se dé será lo que necesito.

Me voy más puesta ante la vida, con tal vez las mismas preguntas y temas que cuando ingresé a la escuela pero con una visión diferente de las posibles respuestas, ahora no sé muy bien cómo puedo orientar lo aprendido en la escuela en cuanto a la posibilidad de dar terapia, coaching, manejo del cuerpo, pero me voy más puesta a vivir mis experiencias y más entregada, sabiendo que la duda siempre estará y ese miedo no se va a ir, pero siempre estarán mi valentía y mi postura, y espero que el miedo no me domine.



*Sobre la entrega y el dejarse caer
(y también querer...)*

C1

Limpias mi culpa con tu dulzura,
Te arrullo y me siento pura.
Ahora recojo tu culpa,
Siento mi vientre con vida,
Pido perdón, ya no hay pecado.
Eres la vida que habita en mí,
Eres el padre que quiere ser,
Eres el amor que se fue.

C2

Belleza femenina,
Dorsos desnudos,
Senos perfectos,
Me descubro mujer,
Hermosa, perfecta.
Siento el llamado,
Salgo de la manada,
Nutrida.

C3

Recuerdas mi pasado,
Y ese pasado me limpia, me recoge,
Tu masaje sin intenciones me llena,
Entre esencias me acuno,
soy madre,
Soy mujer,

Sin mayores pretensiones nos alejamos,
Eres pasado?, eres futuro?
Claramente no eres presente.

C4

Me escoges y soy elegida,
Y tus manos me contienen,
Unas manos grandes y fuertes,
Contrastan con tu cuerpo,
Me dejo caer, siento tu aliento, siento tu
piel,
Dudo si vas a estar,
sé que hay mucho que perder,
Pero estás, te quedas...
contundente Sí...
Me contienes,
no hay sitio diferente donde quisiera estar,
Confío y me suelto en ti,
Te necesito,
Te veo con mi alma,
Me ves con tu ser,
Me acoges con mi vientre... toda.
Caen mis armas...
Magnifico encuentro,
De donde menos imagine viene el suspiro,
Te digo sí,
Me dices sí,
Sí!
Y así simplemente termina.

IV

Sobre la ida al infierno...

Reconozco tres grandes infiernos que he vivido a consciencia en estos años y seguramente desde mucho antes: la adicción, la depresión y la psicosis. No se sabe cuál es peor. Cada vez que la magnificencia del universo intentaba devorarme me iba a alguno de estos infiernos. Algo en mí se moría y sufría tanto que con desespero buscaba refugio allí, donde sufría aún más. ¡Qué estupidez!, mi querido amigo y guía Jorge Llano lo ha tenido muy claro y me dijo alguna vez: eso es lo que verdaderamente te pertenece, tu propia estupidez.

Sigo con vida, atravieso estas tendencias con frecuencia. Pero algo sucedía cuando finalmente pedía ayuda sincera, descubrí un cielo, solamente uno, vacío, infinito, presente continuo, espontáneo, genuino. Allí las cosas son distintas, yo no controlo nada, ahí me es difícil definir en palabras lo que soy, allí soy sensible, fuerte, inocente, humilde, ecuánime, allí tengo las mejores vivencias, las más transformadoras, por lo general duran poco porque me ha costado mantenerme y aceptarme tan vulnerable. Allí solamente sirvo como un elemento de algo que me trasciende, me atraviesa y me moviliza, ahí no tengo el control.

V

La vida en la tierra...

Sin entrar en más detalles de estas vivencias infernales o celestiales quiero concluir con algo que para mí es la vitamina de este Ser que soy en este cuerpo, carácter y situación actual del mundo. Se llama Templanza. Cada vez que me siento vivo, al servicio, en el vacío fértil, lúdico, en la entrega está presente esta virtud. Me tengo a mi mismo, no me desbordo, hay un equilibrio, siento, recibo y doy fluidamente. Esto lo he aprendido en la vida y especialmente en la escuela, lo consolido aún más cada vez que me comprometo con el servicio; y agradezco a TH el trabajo que ha hecho conmigo porque me invita continuamente a desarrollar esta virtud y a creer en ello a pesar de que yo quisiera vagar, fumar, beber y vivir en mi burbujita y no comprometerme con nada.

En la templanza hay armonía, el instrumento saca su mejor melodía, hay autocontrol, contención, hay serenidad, paz, fortaleza, hay amor, hay comunicación y conexión con Dios.

"Ahora voy a introducir el Yoga de los sueños"

German Forero Laverde* y Luisa Alvarenga Scanavacca**

* Estudiante del programa de formación en Gestalt, Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana.
** Egresada del programa de formación en Gestalt, Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana y Terapeuta.

A continuación se presenta un fragmento de las enseñanzas impartidas por el Lama Tenzin Wangyal Rimpoché durante la visita que realizó a la Escuela a comienzos de Febrero del presente año. El fragmento se refiere a una introducción sobre el Yoga de los sueños y su lugar como vía de desarrollo personal y espiritual.

Durante la tercera parte de nuestra vida estamos dormidos. ¿Qué pasa durante este tiempo? En nuestra tradición (Bön- Budismo Tibetano) éste tiempo puede ser usado para el desarrollo personal y espiritual. Si no se realiza una práctica en este tiempo es cómo hacer una mala práctica. Durante el día recibimos mala información que no procesamos y sentimos temores sin consciencia. Esto afecta la totalidad del sueño, afectando cuerpo y mente.

Toda la práctica se enfoca en un dormir saludable. Esto se debe a que siempre estamos recibiendo información y comunicación de los sueños. Así, si procesamos correctamente esta información ya no hay necesidad de que siga apareciendo. En ese sentido, el yoga de los sueños busca romper con las ilusiones de los sueños.

Ahora mismo estamos creando nuestros propios sueños. ¿Se puede crear un buen sueño? Eso depende de cómo están el cuerpo, la mente y la relación entre ellos. La idea es cómo utilizar los sueños como medio de desarrollo personal. La idea es crear un dormir adecuado. Esto es muy importante.

Con el cuerpo es fácil limpiarlo. Si en la tarde salimos a trotar y llegamos a casa sudorosos y sucios no nos acostamos a dormir inmediatamente, nos damos un baño para acostarnos limpios. Con la mente funciona diferente pues no hay nada parecido a una ducha mental.

Hay dos problemas:

- No estamos viviendo con conciencia,
- No bañamos la mente antes de dormir.

La idea es que logremos al menos una de estas dos cosas. Para lograr lo segundo hay que detenerse, en la quietud se siente todo el ruido mental. Acostarse de lado y sentir la quietud. La idea es ir más y más adentro para sentir el calor interno. Esta es una de las formas de preparar el sueño.

Cuando esté en su cama tome una ducha mental. Revise cómo ha transcurrido su día. Tome el refugio y desde el refugio déjese dormir. No se necesita una posición especial. Sólo se requiere que la mente este consciente y preparada para dormir, ya que normalmente no dormimos bien. Si fue un buen día la revisión del día será rápida, si fue un mal día tomará más tiempo. Por eso cuando nos encontramos con alguien y estamos teniendo un buen día lo contamos en 5 minutos. Sin embargo, si estamos teniendo un mal día lo revivimos una y otra vez y nos tardamos más tiempo en contarlo.

Sucede que cuando no hemos hecho cosas y revisamos el día empezamos a hacer listas. Esas listas son una forma de producirnos estrés, de llenarnos de preocupaciones. Si hay que hacerlo pues ¡hazlo! Y si no, simplemente sácalo de la lista. Las listas nos roban energía que puede invertirse mejor en ir al espacio interior. Es simplemente cuestión de buscar la fuerza en el interior y hacer todas las cosas de la lista.

Cada evento y situación que no procesamos durante el día aparece durante la noche. Si antes de dormir se puede ir al refugio, sentir la calidez, entonces esa energía se lleva al sueño. Es decir que se medita 15 minutos y se obtiene el beneficio de 7 horas de meditación pues el tono del cuerpo, la mente y el espíritu es de meditación cuando se cae en la ensoñación. Si se presta atención plena justo antes de dormir, entonces toda la noche será de práctica.

Si se dice y se siente algo benéfico antes de dormir entonces así será toda la noche. Toda la práctica depende de esos 10 a 15 minutos antes de caer dormidos. Por eso es muy importante crear el hábito. Si siente dolor y se maldice el dolor entonces duele más. Si se le da calor, espacio y luz al dolor, entonces éste va a estar bien y se va a reducir. Se debe ir al refugio, a la luz, a la calidez y se conecta con el dolor. Se le da espacio y calidez al dolor, se acoge en el refugio. Permítase sentir el dolor con apertura.

Si se pone atención a la claridad y a la calidez entonces esto ayuda a que se recuerde mejor el sueño. Un sueño lúcido en un sueño en el que hay consciencia por parte del soñante, lo que permite hacer cambios en el sueño y trabajar.

El sueño es entonces una manifestación de los eventos no procesados del día. Si se tienen muchos sueños malos esto se debe a que no se están procesando eventos. Si nunca recuerdo lo que sueño se puede limpiar la mente antes de dormir y hacerse el propósito (pedir) recordar los sueños.

Cuando realmente está en el refugio se sabe. Cuando piensa que está en el refugio no se está. Es importante que una vez en el refugio haya ausencia de miedo y ausencia de ego. Así, es muy importante acoger el dolor en este espacio. Cuando tiene miedo y busca a alguien para que le diga que no tenga miedo eso no sirve. Así, el propósito de la práctica es aclarar.

Para los niños hay que tratar de crear un espacio seguro, con luz adecuada y calidez. Este lugar puede servir el propósito de limpiar la energía colectiva del núcleo familiar. Además son muy importantes las imágenes que nos rodean, tener una habitación despejada. El propósito del sueño lúcido es cambiar y mejorar la salud.

Lo fundamental antes de dormir es conectarse con su espacio sagrado. Allí todo se procesa. Estando quieto en el cuerpo se encuentra un espacio incondicional. En ese espacio de conciencia se siente la calidez y permite quedarse dormido. Además, permite acoger el dolor.

SUEÑOS LÚCIDOS

El principio del sueño lúcido es que este es uno en el que estoy consciente y puedo actuar. Entonces aparece la pregunta ¿qué es real? Nada es real. Para nosotros (*los neuróticos*) sólo el problema es real. Ese es el principio del samsara. La idea es ir lentamente para deshacerse de estos pensamientos.

Trabajamos bajo la concepción de que la vida es un sueño. Todo lo que sucede es un sueño. De ahí que el concepto de mal sea muy importante. Dicho concepto de mal está atado a un concepto de propiedad. Si sentimos propiedad entonces empiezan a surgir los problemas. Por ejemplo, cuando vivo en un apartamento en arriendo todo va bien, y sólo en el momento que lo compro veo que el cuarto es muy pequeño, o que hay humedades, o que tiene grietas.

Hay una serie de ejercicios para poder tener sueños lúcidos:

Esto es un sueño: según la física cuántica el observador del fenómeno lo altera. De ahí que nosotros creamos nuestros sueños y alteremos nuestra realidad. En el momento en el que veo la vida como un sueño, pierde seriedad. Mi carro sueño, mi jefe sueño, mi trabajo sueño. Así el trabajo es despertar y decir, esto es un sueño, y por momentos, durante el día decirlo haciendo consciencia de la realidad de la afirmación. No se trata de decirlo por decirlo sino de creerlo cuando se dice.

Para hacer esto dice que los archivos mentales que tenemos en la vida hay que renombrarlos de “serio” a “esto es un sueño. Cuando ves que tu vida diaria es un sueño entonces puedes mantenerte consciente durante el sueño en la noche. Si no se pueden borrar los archivos innecesarios es bueno, por lo menos renombrarlos a “esto es un sueño”.

Es diferente la espacialidad, que se refiere a una carencia de foco a la espaciosidad, en la que hablamos de productividad, de capacidad de hacer. Mucho del concepto de éxito tiene que ver con la

espaciosidad. Sólo cuando dejamos espacio para que las cosas sucedan es cuando las cosas suceden. En ese sentido el espacio lo es todo.

El significado de tener un sueño lucido es que una vez que se tiene uno, si es muy negativo puedes intervenir y cambiarlo para sanarte, considerando que la conciencia te lo permite. Cuando entramos en patrones adictivos, decirse a si mismo “esto es un sueño” ayuda a no tomarte tan en serio y consecuentemente a poder cambiar el patrón. Vivimos tan condicionados por la vida que no sabemos quién o qué rige estas actitudes que no queremos tomar, sin embargo cuando estamos conscientes, esta conciencia nos guía a cambiar nuestras actitudes.

Una manera de convivir mejor en sociedad y aceptar más fácilmente a los demás es haciendo el ejercicio del refugio albergando a los demás. Trabajas así la compasión. Para eso debes iniciar el ejercicio con una persona no tan cercana – de modo que te sientas más libre – pasando posteriormente a hacerlo con alguien más cercano y que te mueva más sentimientos.

Ahora quiero hablar de archivos mentales. Siempre estamos creando archivos mentales. Lo mejor es crearlos y delectarlos. La opción que le sigue es nombrarlos bien – “esto es un sueño”. Todo se va a ir. Si uno deja que las cosas se vayan antes de realmente tener que soltarlas uno se siente mejor, más libre. No sufras antes de que se vayan, no vivir el presente es un problema. Hay que orar para poder dejar que las cosas se vayan. Dejar ir no es ser malo con la gente, es ser bueno porque estás más en el presente. *Esto tiene que ver con vivir en el presente, aquí y ahora. El no anticipar el sufrimiento se refiere a curar la neurosis pues la angustia por el futuro es una de las características del neurótico.*

Surge una pregunta sobre el desdoblamiento.

A menos que tengas mucha experiencia en salir del cuerpo es mejor estar conectado con este. El refugio es conectarse con el cuerpo.

El Gran Refugio

Beatriz Helena Vega*

Al principio pensé que el refugio
se pedía.
Luego,
comprendí que también se tomaba
y que se puede dar.

Tener la humildad de entregarte a un maestro, a un camino, a unas enseñanzas; hacerte pequeño para lo grande implica compromiso, un voto y la confianza en ti, en el maestro y en lo que surja en el camino.

Es una búsqueda, un camino por sí mismo: muchas puertas y una sola entrada. Lo buscas, lo ves en maestros que ya lo tienen. Te inspiran, los visitas: te acogen, te protegen, allí donde ellos han encontrado refugio. Te recogen malito, enfermo, sin esperanza pero no porque lo quieran sino porque de no ser así no los buscarías. Son los maestros que abren el camino; lo conocen porque lo han andado y te lo van mostrando. Sonríen, siempre sonríen para que no olvides sonreír.

Creo que el primer atisbo de refugio lo sentí en un desierto con Don Jorgito, en medio de la nada, medio muerta y avergonzada empecé a sentir algo de espacio y aire dentro de mí. Sentí la grandeza, la inmensidad, la lluvia y el desierto; la vida y la muerte, la nada. Y huí porque la nada asusta. Al refugio lo encontré en el amor, los amigos y una rancharía con un buen fogón. Sentí que se abrió una puerta dentro de mí.

Pienso: pide protección a los que más llevan en el camino. Bien dice el dicho que el que “a buen árbol se arrima buena sombra lo cobija”. Escoge el maestro o más bien dejar que el maestro te escoja, te sorprenda, te haga crecer de tus pequeñeces; te sacuda, te ayude a ir al cielo y al infierno. Deja que te enseñe a regresar. Aprende que hay camino de vuelta. Desde su refugio te guía a encontrar el tuyo, a no ser cobarde y permanecer.

La segunda puerta que toqué fue con el maestro Claudio, quien en su pequeña casa en Berkeley me acogió y dio refugio. Me enseñó a estar presente, a dejar de huir, a dar un

* Docente, terapeuta, Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana.

poco mas de mí. Desde la sencillez y grandeza a estar dentro de mí. Muchos inviernos viajé a encontrarme y algún día mientras los cerezos florecían en el invierno me encontré quizás no a la que esperaba pero si a la que se entregaba.

Encontrar ese lugar sagrado,
secreto,
íntimo al que sólo tú puedes entrar:
el resguardo.
Aquí te cuidas, te recuerdas
y te proteges hasta de ti.

Ese altar que te han enseñado a hacer, a cuidar con flores, agua, velitas, que luego descubres que puedes alumbrar adentro. Cuando estás triste y no escampa vas allí; cuando hace mucho sol y mucha sed: vas allí. Cuando sientes que no tienes de qué cogerte; cuando amanece: vas allí. Siempre, una y otra vez: respiras y lo encuentras.

La tercera puerta: el Lama Tenzin, quien con una gran gracia nos llevó una y otra vez

al refugio; al espacio, a la luz, al gozo: ¡a practicar! Se juntaron en una mañana en Guasca varios caminos, tradiciones, enseñanzas: el volver a casa, el bosque mágico, el encuentro con el guía, el maestro y mi niña. De repente, todo era lo mismo: ese gran lugar sagrado dentro de mí. La protección, guía, maestría, luz, grandeza que pides a un maestro, a tu linaje y que luego con el tiempo vas encontrando dentro de ti. Entonces puedes reconocer a la Guadalupe, a tus Santos, a Padmasambhava, a todos tus Maestros dentro de ti. Por fin, por fin llegaste a casa.

Pienso: ¿Qué queda? Pide no olvidar. Permanece en el camino. Sé buena persona, ten cada día un corazón más blandito; sonríe. Toma el lugar, florece, sé grande, devuelve. Honra a tu linaje. Que ese lugar que hayas encontrado dentro de ti lo puedas transmitir, que te sirva para acoger a los que más necesitan de ti. Finalmente, refugiarte y dar refugio en el amor que siempre es lo único que queda.

El trasfondo de Transformación Humana

Luisa Ospina Fasbender*

Después de haber navegado por las profundidades del infierno, después de tocar el más cruel fondo de la nada y el sin sentido; de conocer el borde del abismo, y haberme retraído al oscuro rincón de la soledad, he conocido la Luz.

Fueron tres semanas claves: viví mi muerte y mi nacimiento a otra experiencia de vida. Estaba pariéndome y conmigo también a mi hija: se llama FE.

Experiencia de vida maravillosa, conformada por los más disímiles sentimientos, creencias y experiencias; pero sobre todo: una gran inmersión en el fondo de mi inconsciente para así poder correr el velo negro y ver por fin mi verdadero SER.

Nací a la conciencia, trascendiendo este mundo de materia y permitiéndome ver claramente el más bello motivo por el que estoy aquí: reconocermé y reconocerlo TODO, como parte de Dios, del infinito...

Para vivirlo y poder entenderlo tuve que ser desposeída, incluso, de mi misma: una gran lección de vida. Ahora empiezo de nuevo, de cero en apariencia, pero con el más grande tesoro, que ya nada ni nadie, pueden arrebatarme: La sabiduría de los años y el resplandor de

un diamante naciente con gran parte del proceso realizado. Igual nunca termina.

Ahora encuentro el verdadero sentido al saber, osar, hacer y callar. En estas palabras, se condensa la verdadera sabiduría del ser humano: vivir desde el silencio, dejando fluir el alma, encontrando la trascendencia a través de la vivencia del día a día convertido en una explosión de energía maravillosa y creativa que fundida en el espíritu divino produce el éxtasis total del Ser.

El camino: mi Escuela.

Hace dos años inicie una experiencia de transformación profunda, contigo Jorge, con Beatriz, Alejandra, Juan Sebastián, Sandra, Mónica, Laura y Emilio, igual con mis compañeros de camino (T.H. 7)... Al inscribirme, no tenía claro que era la escuela; solo sabía que había un llamado profundo a estar ahí y afortunadamente lo seguí.

Dios tenía destinado para mí varios regalos: uno, esta experiencia de vida que finalmente me ha traído a donde hoy estoy: He recuperado mi valía, reconocido mi potencial, pero lo más importante, hoy he encontrado lo que estaba buscando: mi Fe, mi verdadero sentido.

El compromiso conmigo misma, aun sin saber a que me enfrentaría, era una voluntad férrea de cambio, de cambio profundo de concebirme y de concebir la vida y, gracias a esa voluntad y a poder dominar por fin mi rebeldía, he podido enfrentar este largo camino de depuración, dolor, sentimientos encontrados, rabia, tristeza, insensatez, irreverencia, ansiedad, depresión, ganas de no vivir mas, lagrimas, desesperanza, desilusión, impaciencia, cansancio emocional, e igual, toda la fuerza para atravesar el túnel y ver la luz.

Realmente viví una muerte en vida, la mejor de las muertes, la de la inconciencia, ese monstruo que no nos permite doblegar al ego: a ti te debo conocer hoy la obediencia, también, aprender la lección del desapego y la humildad. Ahora estoy preparada para vivir a plenitud y realizar mi misión de vida. Prudencia y templanza mis buenos aliados para seguir trasegando contigo, porque este proceso implica estar atenta siempre.

Mi segundo regalo: Mi grupo (T.H.7) compañeros de camino, que con mucho amor me han apoyado y han sido claves en todo este proceso.

Mi tercer regalo: la fortuna de haber participado en varios talleres con personajes internacionales y el mas impactante y maravilloso con el Lama Tenzin, Tesoro que había buscado

por años; afortunadamente llegó cuando ya la claridad y la conciencia necesarias para recibir toda su extraordinaria enseñanza habían aflorado en mí.

Mi vida se ha partido en dos: una antes de llegar a Transformación Humana y otra hoy, después de tener la fortuna de trasegar por la Escuela y vivir una metamorfosis, desde la profunda y sórdida inconciencia, al maravilloso estado de presencia y luz y haber vivido la experiencia de recibir la sabiduría de tan bello SER: TENZIN WANGYAL RINPOCHÉ. A Él todo mi respeto, reconocimiento y agradecimiento.

“Como el ave fénix, he resurgido de las cenizas”, con amor, dignidad,

fuerza y valentía e igual con humildad y actitud de servicio infinito, para ser semilla de crecimiento para otros...

Jorge:

Cuando llego a mi escuela y observo la frase “Ojalá encuentres lo que estás Buscando”, doy infinitas gracias a Dios, porque en mi se ha cumplido.

Sin mi pasado no podría reconocer lo que hoy Soy.

La Gestalt y el Dios que baila

Juan Sebastián Restrepo Mesa*

"Yo no creería más que en un dios que supiese bailar"
Friedrich Nietzsche

*Terapeuta. Docente del programa de formación en Gestalt, Escuela de Gestalt Claudio Naranjo Transformación Humana.

I PRO-LOCUS

¡Psicoterapia y espiritualidad...! ¡Qué proposición más falaz! ¿Dónde está el límite que las separa? Como si fuera posible una psicoterapia sin espiritualidad. Como si no fuera terapéutico todo camino espiritual real. Pura dialéctica vacía.

Dios abandonó hace mucho tiempo el cielo. Lo hizo siguiendo los dictados de Nietzsche cuando lo invitó a la tierra. Y una vez en la tierra, dejó los sonidos de las arpas, convirtió su corazón en tambor y se dio a la tarea de bailar. Se dice que estuvo en los baños de Esalen cuando el viejo Fritz seducía a las jovencitas como un Whitman heterosexual.

El viejo Perls, ciego a su propia nariz, se quejaba de no tener alucinaciones metafísicas bajo los efectos del LSD. Pero todos sabemos que era un verdadero vidente; tenía binóculos para ver lo cercano, lo cambiante, el proceso, la serpiente, la gran Mujer. Digamos que era un atisbador no de cielos, sino del gran cuerpo cambiante.

Desde su poltrona vacía y fértil atisbaba mientras ladraba, mientras le mordía la rodilla a Maslow, mientras estallaba en llanto o arrastraba su cuerpo viejo hacia la cafetería de Esalen. Verdadero Zen sin templo y poblado de lujuria.

Mitad hijo de Dios, mitad hijo de Puta, era un verdadero crucificado. Y por eso era un terapeuta. Un verdadero Bodhisattva. Espiritualidad y psicoterapia: expresión falaz de un Chickenshit elevado.

II

EL NACIMIENTO Y LA VISIÓN

Dice Claudio que el Dios le llegó a Perls a través de Friedlander, que lo tomo de Nietzsche. Pero lo más probable es que le surgió, como surgen los dioses: ex –nihil; por simple pre-destinación.

Nietzsche le sirvió hasta su último día. Se trata del Dios que baila. Llamado Dionisio- el nacido 2 veces- en Grecia y Shiva – el auspicioso en la india marginal. Su gestación griega dice mucho de él: es hijo de Zeus quien se disfraza de hombre para seducir a la exquisita Sêmele.

Zeus, después de saber que esta espera un hijo suyo, y después de haberse deleitado con su cuerpo, le ofrece concederle el deseo que ella tenga.

Hera, celosa, engaña a Sêmele induciéndole que le pida a Zeus que le muestre su verdadero semblante. Este accede a regañadientes y apenas devela su verdadero rostro Sêmele cae fulminada y hecha cenizas por el fuego de su amante.

Hermes rescata al bebe y lo cose al muslo de Zeus hasta que nace: su hijo es Dionisio. (el nacido 2 veces)

La imagen de su nacimiento nos devela un misterio: la mirada de la existencia fenoménica (Sêmele) sobre el Ser sin velos es invariablemente un sacrificio que nos consume.

Lo verdaderamente terapéutico es la vida. Lo verdaderamente espiritual es la vida. La mirada que se abre a la vida es terapéutica, pero es mortal para el ego. El espíritu nace allí donde el ego se rinde. Todo verdadero insight es esencialmente fulminante; nos consume, nos hace inviables y pereceros. Abre un vacío allí donde había una definición.

Toda visión verdadera es una muerte. Parece que el mito de Job bíblico es siempre válido. El camino del espíritu es el de la serpiente (animal que acompaña al Dios) que perdiendo sucesivamente sus capas de piel, convierte el veneno de la existencia en la ambrosia. O como lo diría mi maestro Jorge en una de nuestras conversaciones: “la vía del espíritu no está hecha de conquistas, sino de renunciadas”

No hay espiritualidad ni terapia sin muerte.

III EL TRIDENTE

Shiva lleva un tri-shūla o tridente en una de sus 4 manos. También tiene 3 ojos este Dios, cuya geografía corporal tiene inscrita la trinidad en todas partes. Y es que encierra en su misterio la dinámica inasible de la vida; es al mismo tiempo: preservador, destructor y creador.

Bien lo describió su profeta Nietzsche en la metáfora de sus 3 transformaciones: “Tres transformaciones del espíritu os menciono: cómo el espíritu se convierte en camello, y el camello en león, y el león, por fin, en niño”.

Profundicemos en estos tres aspectos del Dios.

El preservador:

En primer lugar hay muchas cosas pesadas para el espíritu, para el espíritu fuerte, de carga, en el que habita la veneración: su fortaleza demanda cosas pesadas, e incluso las más pesadas de todas.

Nietzsche pregunta en boca del camello: “¿Qué es lo más pesado, héroes?” Y se responde a sí-mismo “¿Acaso no es: humillarse para hacer daño a la propia soberbia? ¿Hacer brillar la propia tontería para burlarse de la propia sabiduría? ¿O acaso es: apartarnos de nuestra causa cuando ella celebra su victoria? ¿Subir a altas montañas para tentar al tentador? ¿O acaso es: alimentarse de las bellotas y de la hierba del conocimiento y sufrir hambre en el alma por amor a la verdad? ¿O acaso es: estar enfermo y enviar a paseo a los consoladores, y hacer amistad con sordos, que nunca oyen lo que tú quieres? ¿O acaso es: sumergirse en agua sucia cuando ella es el agua de la verdad, y no apartar de sí las frías ranas y los calientes sapos? ¿O acaso es: amar a quienes nos desprecian y tender la mano al fantasma cuando quiere causarnos miedo?”

“Sumergirse en agua sucia cuando ella es el agua de la verdad, y no apartar de sí las frías ranas y los calientes sapos” porque este Dios preserva solo lo verdadero. Y para preservar la verdad hay que ser fuerte y valiente. Aceptar es la entrada de todo preservar. Pero cuanta fuerza se necesita para aceptar la verdad en su magnitud.

¡Burlarse de la sabiduría, apartarse de la propia causa en la victoria, tentar al tentador, sufrir hambre por amor a la verdad! Que integras palabras. ¿Acaso hiso Perls algo distinto que defender esta fe? Pocos han hecho la evaluación de cuánto cargó y cuánto pagó este hippie descarado por su desnudez, cuánto le costo la encarnación y profesamiento de esta fe de la honestidad.

Pero en realidad no hay nada que preservar salvo una visión. La verdad no es un punto de llegada, sino un estado de los ojos se abren a recibir lo que la danza de la realidad devela. Todo está yéndose, el universo está en llamas, el Dios no es un arquitecto sino un bailarín que no repite pasos. Necesitamos entonces la fuerza, la aceptación, la capacidad de carga del camello para abrigar esta realidad temible. Porque la vida es monstruosa, el Dios es monstruoso y la verdadera mirada siempre tiene un pie en la muerte.

Don Juan se lo decía muy acertadamente a Castaneda: un guerrero combina el terror de sentirse hombre con la maravilla de sentirse hombre. Porque la belleza solo se revela cuando se ama el velo de la monstruosidad, porque el fondo de la lujuria devenida saber, solo es vivible para el que tiene un pie en la muerte.

El destructor:

Shiva es el señor de la muerte; el gran destructor, el finalizador. Jim Morrison habría nombrado bien esta experiencia reverente e íntima de la muerte: "This is the End, my only friend the End" Y es que este Dios en cualquiera de sus versiones nos remite inmediatamente al misterio de la muerte. Dionisio; una deidad de nacimiento, muerte y resurrección.

Siempre donde están Shiva y Dionisio se juntan voluptuosamente muerte, vino, sangre, menstruación, esperma, sexo y desmembramiento. Ante todo es el Dios de la muerte y el sacrificio; el aniquilador.

Sus seguidores hindúes, los Saddhus, viven en hornos funerarios y untan sus cuerpos desnudos con las cenizas de los muertos. Desnudez y muerte; esta es su forma de imitar el gran yoga de su Maestro Perfecto.

La vacuidad, la gran oscuridad, la cesación total, la negación total es el trasfondo básico necesario para sostener la participación total en la vida voluptuosa del Ser. Porque el ego es un filtro que establece parámetros de mediocridad. Así como exige su enaltecimiento, impide la participación en las fuerzas monstruosas de la vida. Solo con la muerte del ego, participa el ser en la desnudez torrencial y demencial y providencial del Ser.

Así que nos encontramos aquí con el aspecto aniquilador, cazador, asesino, rapaz del Dios.

Dice Nietzsche: “Pero en lo más solitario del desierto tiene lugar la segunda transformación: en león se transforma aquí el espíritu, quiere conquistar su libertad como se conquista una presa y ser señor en su propio desierto”.

“Ser señor en su propio desierto” es la metáfora perfecta para ilustrar este misterio dionisiaco. Ser donde no hay nada que agarrar, ser en la vacuidad, ser en la muerte.

Pero mientras la vivencia cósmica de la aniquilación y la muerte asesina constantemente a Maya, la ilusión cósmica, la vivencia humana busca la aniquilación de las formas que atan al espíritu desde el ego: “Aquí busca a su último señor: quiere convertirse en enemigo de él y de su último dios, con el gran dragón quiere pelear para conseguir la victoria. ¿Quién es el gran dragón, al que el espíritu no quiere seguir llamando señor ni dios? «Tú debes» se llama el gran dragón. Pero el espíritu del león dice «yo quiero».”

Pregunta Nietzsche: “¿para qué se precisa que haya el león en el espíritu? ¿Por qué no basta la bestia de carga, que renuncia a todo y es respetuosa?” Y responde: “crearse libertad para un nuevo crear. (...) Crearse libertad y un NO santo incluso frente al deber: para ello, hermanos míos, es preciso el león”.

Un santo decir ¡Noooooooooooo! Perls, un atacador nato de deberías, un aniquilador de formas, iconoclasta consumado, apóstata, rompe-ídolos, lo entendió perfectamente. Un noooooo visceral ante toda tiranía, ante toda evitación, ante toda manipulación, ante todo autoengaño. En este sentido era un gran des-ilusionador.

El creador:

Y ahora nos enfrentamos al más grande los misterios. Shiva y Dionisio también son representados como el Divino Niño. ¿Qué nos muestra, esta, la más poderosa de las imágenes divinas?

Nietzsche vuelve a darnos la clave: “Pero decidme, hermanos míos, ¿qué es capaz de hacer el niño que ni siquiera el león ha podido hacer? ¿Por qué el león rapaz tiene que convertirse todavía en niño? Inocencia es el niño, y olvido, un nuevo comienzo, un juego, una rueda que se mueve por sí misma, un primer movimiento, un santo decir sí. Sí, hermanos míos, para el juego del crear se precisa un santo decir sí: el espíritu quiere ahora su voluntad, el retirado del mundo conquista ahora su mundo”.

¿Había acaso en la filosofía encarnada por Perls algo más allá de la aceptación y la negación confrontativa? ¿Por su puesto que sí! Más allá de estas se trata de lograr volverse el templo de un santo decir ¡siiiii! Y esta santa afirmación solo la dice la vida que renace una y otra vez de los misterios de la nada y de la muerte. ¡Inocencia es el niño, y olvido y comienzo!

Esta santa voluntad, esta encarnación en la desnudez del código profundo del alma, es lo que Nietzsche llamaba la voluntad de poder. Se trata de ofrecer el ego en sacrificio al Ser. Y cuando la historia se desvanece en el instante, la palabra en el silencio, y el mundo se para por completo en la danza del Ser, entonces es posible participar de la santa palabra que se expresa como el mundo manifiesto.

Sí es participación, sí es entrega, sí es deseo, sí es intimidad, sí es unidad, sí es creación, sí es danza, sí es Ser. Porque el pensamiento es negación, pero la experiencia más profunda solo puede ser afirmación.

El niño es, antes que nada, la manifestación del conocimiento erótico. Eros era un niño. Erótico porque es conocimiento directo, del contacto, del cuerpo; encarnación. Solo se conoce lo que se ama, y solo se ama aquello en lo que hay participación inocente y desnuda.

Todo lo que buscaba Diógenes de Sinope en el ágora, a medio día, con su lámpara encendida era un hombre capaz de albergar un santo decir si. Lo mismo sucedía con el viejo Perls. Toda su confrontación, su rebeldía, su locura maniaca, su desdén frente a cualquier postura y teoría, su rechazo de los maestros, su chocante autenticidad, solo cobraban su verdadera dimensión vistos a la luz del compromiso inquebrantable con este santo decir Sí.

IV LOS ANIMALES

Shiva es llamado también señor de las bestias salvajes. Según su ley, no hay dios sin animal. Es el Dios indómito que invita a romper las cadenas de la civilización y comulgar con las fuerzas desgarradoras de lo vivo.

Mientras la civilización nos invita a modular el éxtasis vital, restringiendo el dolor y restringiendo el placer; el dios danzante nos invita a asumir nuestra animalidad y la expresión de su energía.

Energía sagrada cargada de inteligencia y orden, energía ligada al todo y potenciada con la afirmación de la tierra y de la vida.

Solo ama nuestro animal corporizado. Y lo hace en su dolor y placer elevados a estatus sagrado. El éxtasis dionisiaco transforma lo doméstico en danza salvaje y la danza libera la potencialidad de entrega, el amor loco.

Afirmar el éxtasis y asumir la animalidad indómita hablan de un profundo compromiso con la tierra. Nietzsche tenía la visión de su León jugando con las Palomas. Imagen que nos remite a la fe de Perls en la inteligencia básica de los instintos y en su creencia en una civilización guiada por la inteligencia natural.

V

EL DIOS LOCO

Según Alain Danielou, “en el Shivaísmo, la trascendencia en relación con las normas de vida ordinaria se traduce en el plano popular por el hecho de que Shiva, entre otros, se representa como el dios o “patrón de quienes no llevan una vida normal e incluso de los fuera de la ley”.

Dionisio o Shiva es el dios frenético. Es incomprendible. La lógica cae hecha pedazos cuando tratamos de comprenderlo. En él es clara la dialéctica bien comprendida por Perls según la cual la vida o se piensa o se vive.

Es una sabiduría que invierte las cosas, que rompe hasta llegar al ojo inocente, que encuentra lo más profundo del espíritu en el cuerpo, busca el cielo en la tierra, ve la luz que entraña la oscuridad, encuentra la meditación absoluta en la danza salvaje y la potencia generadora en la vacuidad.

¡Nuestro dios es loco porque encarna el espíritu de la contradicción y los opuestos!: existencia inmedita y lejanía absoluta, bendición y espanto, plenitud de vida y cruel aniquilación.

Se trata de una sabiduría que partiendo de un cinismo a ultranza, que niega todo miedo y toda esperanza, llega de tajo y sin mediaciones, a una devoción total. Se encuentran nuevamente en el misterio Dionisiaco las polaridades del cinismo y la devoción.

Sabiduría loca se llama. Sabiduría según la cual se queda loco ante los ojos de los hombres pero cuerdo ante los ojos de los dioses. Sabiduría que rebaza las convenciones, las invenciones, manipulaciones y apreciaciones y que, cortando los rodeos y las diferencias, ve las cosas tal y como son.

Esta era la verdadera fuerza de trabajo del viejo Perls, más acá de su cigarrillo y su silla vacía y su silla caliente. Era la honestidad radical de su carne puesta allí a la mirada de todos, su compromiso con el centro y el vacío fértil, su capacidad de crear nuevos valor momento a momento y la locura extática de su cabeza emancipada los que le otorgaban su capacidad única de cortar el ego y catalizar la expresión del ser.

VI FIN

Y como fundamento del misterio dionisiaco encontramos la polaridad entre Apolo y Dionisio. Claudio encuentra en la complementariedad de ambos el centro del espíritu gestáltico. Porque de la mano de la entrega al impulso hedonista de un existencialismo dionisiaco, debe estar la mirada desapegada del sol que atestigua los acontecimientos. La danza terrestre cobra dignidad desde la mirada profunda del cielo.

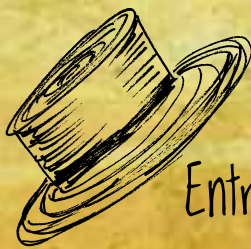
Más allá de toda esta mierda de elefante encontramos que la vida misma es una cruz desgarradora. Somos la creación de una danza polar despiadada y nuestro destino es ser devorados por ella. Cuando realmente vemos qué pequeños somos ante este infinito monstruo de terror y belleza, ubicamos nuestra verdadera vocación profunda: sucumbir con los ojos abiertos y el corazón encendido ante la polaridad de la vida. No queda mas que rendirse y abrirse a ser vivido por ella. La meditación más profunda, el verdadero conocimiento es el de aquel que dijo si y se lanzó, sin miedo ni esperanza, al torbellino destructor y creador de la danza del Dios, y sin pedir nada, ni buscar nada se dio a la tarea de vivirlo vacío de todo.

Creo entender el profundo llamado que Claudio Naranjo nos hace en “Por una Gestalt Viva” y me atrevo a decir que, incluso antes que una actitud, la Gestalt es la vivencia profunda y desmitificada de la potencia dionisiaca.

EPI-LOCO

En la puerta de un baño público de Hamburgo pude leer el siguiente letrero rayado en la pintura: “Nietzsche ha muerto. Atte: Dios”

Estoy seguro de que Fritz en el cielo ya no sufre de hemorroides y los ángeles lo atormentan para que se suelte un poco más y sea más honesto en las inmensas piscinas atiborradas de mujeres desnudas de todas las épocas.



Entrega especial

El Desierto

Jorge Llano*



© Ricardo Sosa, México, 2007. www.flickr.com/chocogato/

"Créame que he visto tanta pobreza que yo pensé con tristeza,
Dios por aquí no paso"
Atahualpa Yupanqui.

* Consultor, terapeuta y docente.

Desde hace 20 años vengo a México en un viaje espiritual al desierto de Real del Catorce, en el valle de Huiricuta, es una promesa de Graniceros y temporaleños, trabajadores del agua, gentes tocadas por el fuego para controlar el agua; estas viejas promesas las hicieron hace mucho los mayores, los taitas, la promesa de ayudarse a llover, de juntar fuerzas. Mi hijo y yo solo somos peones, un par de sirvientes. Yo a veces creo y cumplo, a veces no creo y sin embargo cumplo. En esta lejanía inimaginable, hay un caserío que se llama Las Margaritas, hace dos años no llueve, fue por eso que llamo Aurelio, habló con Igor, le recordó la promesa. Acá, las apenas 10 familias que componen este lugar están esta vez al límite máximo de pobreza, aquí es la última frontera antes del desierto, y de la civilización. Al vecino se le murieron de hambre las dos únicas vacas del lugar, las 5 cabras fueron comidas y tazadas y la yunta de bueyes nutrió diciembre y enero. Con la poca agua que traen de muy lejos cocinan, se bañan, lavan la ropa y luego riegan el piso de tierra. Los platos no se lavan, se limpian, se como una vez al día, y guisado con mucho chile para matar el hambre. Paradójicamente, esta gente vive sobre una mina de Uranio evaluada en miles de millones de dólares que una empresa Canadiense no ha podido explotar “pues estas gentes se consideran guardianes de este lugar”. Hui-

cuta es uno de los más grandes santuarios de curación del universo. ¿Son pobres? Poseen un sistema social basado en la verdad y la limpieza de las relaciones, nunca golpean a los niños, ni les gritan y menos los humillan. Las mujeres y los hombres tienen el mismo nivel social, la tierra la comporten todos como un ejido; todo es de todos, y se turnan para cuidar a los ancianos. Y aunque para muchos este sería un caserío sin esperanza, ellos siguen adelante así no llueva, como lo hicieron sus abuelos, pues han descubierto el verdadero secreto de la abundancia y plenitud: el amor.

Pingüino es un perrito pequeño de ojos tiernos; hermoso, en las mañanas Pingüino y Camilo su compañero se vienen hasta mi lado y se restriegan en mi pierna hacen círculos y danzan felices compartiendo el amor del nuevo día, ayer les dieron a cada uno una tortilla vieja y he visto como la comieron despacio, sin voracidad y con una lentitud ritual, parece que hasta los perros entienden el ritmo de la vida.

El peyote, es un cactus “Hicari”, está en los asientos de un arbustico que la llaman la Gobernadora, los peyotes más viejos tienen hasta 14 casquitos y cuentan que se demoran hasta 10 años para ser adultos; en la actualidad queda poco, hace un mes vinieron 11 autobuses

lentos de Huicholes y gentes de todas partes para protestar por la mina de Uranio que descubrieron y quieren explotar, justo debajo de este valle de peyotes. Dice Aurelio mi compadre que se llevaron al menos 200 costales llenos de Hicari. Sin lluvia tampoco nace el Peyote, sin lluvia no nace nada, solo la fe y el amor por la Virgen de Guadalupe mantienen la certeza de que el cielo también se cansará de no llover y un día, ya merito, se dejará venir con el aguüita, entonces se sembrará el Maíz, luego para enredarse en la caña del maíz, se pondrá frijol y después calabaza. Cuentan que cuando llueve bonito ni el corral alcanza para poner la cosecha y entonces hay hasta para 2 años, después de compartir con otros pueblos, amigos y familiares de otras regiones, donde no llovió o donde se malogró la cosecha.

Domitila, es la mayor de acá tiene 86 años y en las tardes se sienta frente al desierto como lo ha hecho por los últimos 60 años, tiene un mata moscas que esconde bajo su silla y enfrente un taburete, cuando las moscas forman un verdadero remolino sobre el taburete endulzado, ella con el arte de millones de movimientos, saca su matamoscas y las aplasta de agolpes de 8 moscas en promedio, luego las barre al suelo y es ahí que se arrima la gallina chiroca y se alimenta de la cacería de Domitila.

El desierto tiene una tierra molida que se mete por todos lados, es un polvo como de harina, un talco que va también llenando los sueños de esa misma polvareda, apenas quedan la miradas al cielo esperando la lluvia, rezando, mendigando a Dios que por favor llueva, que se deje caer unas gotitas para desempolvar el alma y la de los muertos que tienen sed. Acá, no solo se mueren los animales, también se mueren los muertos en la sequia, hay tanta hambre que la gente ya ni se preocupa por ellos, ni recuerda a sus muertos, y entonces los muertos también mueren de sed. Dice Domitila que las ánimas se secan y que si se mueren los muertos ya el pueblo se fregó, pues los muertos son el alma del pueblo y sin muertos no hay vida, ni pueblo “por eso me levanto a media noche, a oír el tren de los muertos, no sea que se vaya mi marido y no me vea de pie dándole adiós” y continuo hablando como si predestinara. “tengan cuidado que las animas enfurecidas llevan gente y si se dejan enredar amanecen difuntos” yo sabía de que hablaba Domitila, solo que estaba quieto dentro de mí, sentía ganas de ir de salir para las Ánimas y cumplir. Ayer Aurelio su hijo, el jefe ahora, dijo lo mismo “es por eso que nosotros pasamos por el tiempo, el tiempo no pasa, es el mismo, el de siempre, ah! Pero nosotros somos los que nos acabamos, primero vivos y luego muertos” acá dicen que

también los muertos envejecen y luego se mueren, unos de sed como ahora, otros de olvido, como cuando ya nadie los recuerda, entonces también su muerte no tiene sentido y se secan y luego se rajan como leña y entonces se van pá arriba esos espíritus a la lomita a un lugar llamado “las Ánimas” allí se reúnen todos y en la noche ese lugar es una sola aldea de gente muerta vagando entre los matorrales y a veces bajan rodeando el brete hasta la estación, la de los muertos y se siente un frío de hielo en todo el desierto y se escucha el tren, el otro tren, el invisible.

Igor, mi hijo, desde temprano empezó con la preguntadera de ese lugar “donde queda las Ánimas” Igor tiene 24 años se ve triste, tiene ese mordisco de la vida en la mirada, se le siente la pensadera y lo transitando de la vida. Él ya se cree chaman, sabe mucho, pero sin embargo, es mas lo que le falta, como a todos los que hemos ido armando camino con el conocimiento, siempre falta hasta que un día uno amanece lleno y se acaban las preguntas. Yo a las Ánimas le tengo miedo, una vez me cogió la tardecita ahí y me iba enredando, no encontraba el camino para las Margaritas, ni veía nada, solo las palmas locas y las chinas que parecen personas Atlantes de 3 metros y ese verraco escalofrió por todo el cuerpo y ese deseo de co-

rrer y las piernas quietas...uno en la animas escucha como el tumulto arremolinado de personas, hay tanta gente muerta y de otro tiempo revuelta ahí que se siente mover la tierra; pero es ahí el único lugar de esta zona en que se puede venir a pedir que llueva, pues ahí esta la fuerza, ahí escuchan directo los espíritus, los amigos, los enemigos y hasta los familiares. Será el amor o la idiotez, pero siempre termino en las Ánimas dando vueltas y bregando a encontrar la salida hacia el Molito que hizo Domitila, o las tortillas guisadas con chile y manteca de cerdo, solo eso me saca de ahí, solo eso me desprende de la muerte y me abre los ojos a la vida, y dejo entonces de ver cosas, solo pensar en que tengo que comer y el camino del quemado, del cañón se abre a mis pies y la vida me hala hacia la vida.

La Margaritas esta a 8 horas por trocha desde el quemado, uno baja desde arriba, desde el pueblo minero abandonado Real del 14 y atraviesa la carrilera, pasa por la estación 14, Wadley y luego se desvía hacia las Margaritas que es donde empieza el valle desértico de Huiricuta, una hora hacia adentro, caminando con prisa, siguiendo el sendero que han dejado las cabras, se llega al corral que mi compadre y Margarito han construido en la mitad de la nada, ahí con palos de varderena, troncos de

palma y matas viajas han construido un corral, muy bien cerrado para que no entren por la noche los coyotes y se roben las cabras, las vardenas que son una flor de tallo largo que florece aun este cortada, dicen que chupa más agua del aire que estando enterrada. Por ese lugar hay muchos cactus de Cabuches, enormes rojizos y de tras del improvisado corral, esta una pequeña lomita, suave, que abre el camino hacia las Ánimas.

Igor y yo traemos una veladora, cerillos, cigarrillos marca faros y chocolate. Sin decir nada, como cuando uno sabe lo que tiene que hacer y no se opone al destino, salimos para las Ánimas, no sin antes cortar unos pellotes para subir mascando y entrar en el valle de los muertos alucinando para poder no perder la cabeza. Domitila dice “fue en la guerra, que hubo batalla de los Carrancistas”, “fue un agarre con las tropas”, desde Wadley hasta la presa, de ahí hasta Guadalupe y vuelta a las Ánimas. Cuentan que esa gente matada quedo tendida sobre los espinos, sin sepultura, sin oración y de ahí se le puso el nombre de las Ánimas a ese lugar y se volvió un recogadero de muertos. Otros, como el finado marido de Domitila decían que desde antes ese lugar tenía fuerza, que ahí vivía el pueblo Huichol, antes de la inun-

dación y desde hace mucho, desde siempre, ahí se recogían los muertos para esperar el tren de la vida eterna.

El tren que pasa por Wadley tarda mucho, es largo como el que nunca vi, ni siquiera levanta tierra de lo lento, viene de los Estados Unidos y pasa entre el desierto como una vieja cascabel también muerta de sed. En las tardes los remolinos si levantan el aire y se ven desde lo lejos enormes como edificios de polvo caminando por el desierto, dicen que van para las Ánimas, dicen que son los viejos muertos, los gigantes, los de la tierra de antes, cuando era otra tierra, otra vida... antes de la inundación.

Los Mezquites, son apenas una veintena de arbolitos distribuidos por ese enorme valle desértico de Huiricuta, son la única sombra que existe en este valle seco y son los únicos árboles que sobreviven este clima de sol de machete y aire de serruchos, los mezquites dan refugio cuando uno esta peyoteado, sediento y sin rumbo en el desierto, cuando se esta agotando uno logra llegar como puede a un Mezquite y termina tendido bajo su poca sombra maldiciendo a las moscas que lo bajan al mundo, de no ser por las moscas, en especial por los tábanos, acá uno se iluminaria, pero las moscas aparecen cuando se está a punto de encontrar



© Virginia Etienne, México, 2008. www.flickr.com/vi_cos/

la verdad, en ese mismo instante en que se abre la puerta de los trascendente, llega la mosca y te pasa por la nariz y te distrae. Gracias al cielo, sino fuera por las moscas se terminaría el dulce y amargo juego de descifrar la vida y uno se quedaría ahí tendido para siempre en esa tibia tierra que calienta por debajo los riñones y donde el mundo apenas importa para respirar.

Desde la lomita bajamos rumbo a las Ánimas, tuve cuidado de dejar que mi hijo fuera por delante, era hora que el guiara y yo lo siguiera, en algunos lugares lo emparejaba, pero luego caía en la cuenta y me hacia atrás. En el Mezquite arrimé unas piedritas y como

pude enterré la veladora, la prendí, puso Igor el Chocolate y ofrecimos incienso, yo empecé la rogativa de la lluvia, Igor no pidió, me miro lejano, yo seguí con fuerza mientras él se iba, me grito desde lejos que nos veíamos al rato... le advertí el peligro de las Ánimas "ojo, que acá es bravo" me dijo sin voltearse, que él ya había tomado yagé, que había buscado visión desnudo en Monserrate y que había toriado mas de un brujo... las animas son las animas hijo, no es lo mismo, cuidado esta gente es seria. No me escuchó, solo camino hacia adentro hacia la mitad de las Ánimas, a la hondonada, al mero centro del pataleo, no llevaba más que una naranja y un sombrero que alcancé a rezar en la

mañana, no llevaba fuerza, no llevaba alegría, solo como una sombra de mochila, como una fatiga, iba como cuando uno quiere ver la cara de la muerte.

El chocolate se derretía por el calor del desierto, la vela era poco, prendí el fuego con pedazos de raíz, y entonces se puso fuerte la energía, sentía la presencia de los muertos y el remolino de la muerte. Yo pedía lluvia para Huiricuta y la cabeza me giraba hasta dar tumbos en el piso, como podía me levantaba y luchaba, a veces me quedaba quietico cuando venían las sombras frías y entonces sentía la muerte en mis huesos...hablé con unos hombres grandes, otros pequeños, había mujeres y también temporaleños y ahí estaban mis compadres al fin, los del agua, les pedí por la vida de mi hijo, les ofrecí todo, vida por vida...les hablé, solo ellos podrían devolver desde las Ánimas a Igor...también rogué por el agua y si alcanzaba por mi gente, mi familia y los de la Escuela, por todos ellos juntos.

Hace unos años fue una anciana la que me curó, ahora era una energía, era limpia, pura, solo luz, me tumbo sobre el desierto y sentía como me limpiaba el señor de la luz, cada órgano, cada cavidad, me limpio el alma misma y entonces pensé de nuevo en mi hijo y sentí

que la energía tenía más poder que las Ánimas, me sentí confiado, pensé en mis otros hijos, mi esposa, en todos, especialmente en los de la Escuela, en el equipo de la Escuela, ahí estaban todos ellos cada uno curado y servido...y yo tendido con lagrimas en los ojos sintiendo la caída de la tarde...había paz, revelaciones y certeza.

Una consciencia me levantó y los moscos. Me tenía que ir, habían pasado horas...no mirés atrás era la consigna y hasta el brete de metal...miré, claro que miré buscando a mi hijo que había salido para atrás, no lo vi, pero me acordé del señor de la luz, aun sentía su presencia en mi cuerpo y confiando Salí pa'lante, camine sin voltear, casi corría sintiendo las Ánimas tras mío, y me temblaban las rodillas y casi me caí, pero no podía caer, caer era morir, era quedarme tirado en el desierto entre el frio y los muertos. El mole de Domitila me halaba y el deseo de ver a Igor. Caminaba sin parar, casi corría, al llegar al brete volteé. Ya caía la noche y yo jubiloso, me despedía de las Ánimas, confiado en que Igor había salido por otro lado. Eufórico les gritaba a los muertos "no me cogieron...se chingaran a su madre para la próxima..." y me revolcaba de la risa y les tiraba piedras...mientras sentía como sus pisadas llegaban hasta el brete y se detenían..."nos

vemos la próxima” les gruñía, mientras caminaba hacia las Margaritas, consciente que pasarían algunos años para volver a este juego de vivo y muerto. Llegué feliz lleno de tierra y sol, muerto de sed y de hambre. Comí con Aurelio que me esperaba preocupado. Había un mole rojo que yo había mandado a comprar, llevaban un buen tiempo que no veían carne, sin embargo me esperaran para empezar. Fue solo hasta que terminamos de cenar y tomar agua, cuando había pasado dos horas de mi llegada, que salió Domitila y me dijo “¿y tu hijo?... el doctorcito...hay que ir por él...lo tienen esas pinches Ánimas, allá lo veo enredado” sentí un frío tenaz recorriendo mi cuerpo, Igor no había salido; Aurelio estaba pálido, nos miramos y le dije: “no me vas a dejar en estas verdad” el me contesto muy conmovido “tengo hijos pequeños compadre” yo lo miré suplicante y le dije “no te preocupes yo ya me ofrecí, allá arriba grite -vida por vida- pensé que me había escapado, ya ve compadre lléveme a cumplir y saque a mi hijo de ese nido como pueda”

La noche era helada, Igor tenía una playera de manga corta, no tenía lámpara, ni cerillos, mi esperanza era que se hubiera regresado hasta el altarcito donde deje una vela, en el Mezquite de las Ánimas. En silencio montados en la camioneta de Aurelio que decía comisario sa-

limos con la bendición de Domitila y las velas encendidas de su altar de Guadalupe. Yo me subí en el volco de la camioneta, solo pensaba en mi hijo, en el frío y en su camino, cada salto, cada giro en el desierto me volvía a mí, yo me había salido burlando la vida en la Ánimas y ahora estábamos frente al brete, Aurelio me miraba por el retrovisor, yo le hacía señas de palente con mi mano, sentía rabia, miedo, dolor y unas profundas náuseas, Aurelio aceleraba en falso, como avisando que estábamos ahí, tal vez esperando que mi hijo apareciera antes de entrar.

Un conejo pasó cerca, y cruzó el brete hacia las Ánimas, me acordé de Quetzalcóatl y sin saber cómo me baje y corrí dentro del brete totalmente cegado de rabia y dolor, como loco, levantando tierra y dando de patadas y puños, deje salir toda mi furia y mi confusión, fui ahí mismo que grité, como nunca, como loco y sin pensar entre lágrimas y golpes, retando a las Ánimas...hijueputas acá estoy, vénganse... dele haber... pinches muertos... vengan!!! Solo cuando Aurelio me cogió me di cuenta que estábamos ambos en un lio y en territorio de las Ánimas. Aurelio me callaba, me hacía señas de silencio mientras me subía de nuevo a la parte trasera de la camioneta y arrancaba acelerado hacia el interior de ese infierno. La brisa hela-

da me secaba las lágrimas mientras subíamos la montañita de las Ánimas, después de un rato largo entramos por atrás al valle y en la mitad de la oscuridad, frente al Mezquite, detuvo la camioneta. Mi compadre no se bajó, solo subió su vidrio y se quedó en silencio con su carro apagado al igual que las luces. La oscuridad era total, y el polvo en el viento oscurecía aun más la noche, el frío y la desolación se podían palpar. A la derecha unos 20 pasos largos estaba aun la vela encendida, junto al Mezquite. Igor no estaba ahí, sentí más frío aun y sentí su muerte, su soledad y su camino. Nos quedamos en

silencio largo rato mientras yo despacio caminaba hacia la vela. Tal vez pasaron dos horas y seguía de rodillas tiritando de frío ofreciendo mi vida, lo había entregado todo, Aurelio me gritó desde el carro “compadre vámonos ya no puedo más...” yo le grité “acá me quedo, yo sin mi hijo no vuelvo y usted lo sabe” no hablamos mas...paso otro silencio largo hasta que la vela se apagó, el aire parecía quieto y la noche se puso azul, algo cambió, otra vez la liebre paso cerca y me miro con sus ojitos rojizos, una vieja voz que venía desde mi interior, era como la misma voz de las mismas ánimas que me de-



cían con seriedad “estamos de duelo” solo me levante sin entender y camine hacia la camioneta, Aurelio abrió la ventana, nos quedamos en silencio, había otro aire, a lo lejos se oía el tren...no sé por qué sonreí... el tren nunca pasaba de noche, solo el tren de las ánimas pasaba a esas horas como decía Domitila. “ya entendí” le grité a Aurelio “los muertos también se mueren y hoy están todos en un entierro” la risa de ambos era tal que llorábamos, lo que sabíamos era que el tren invisible venía por las ánimas que morían de olvido y que todos los finados deberían de estar ahí en la estación de los muertos. Como pude me subí al carro y arrancamos de una, a toda, sabíamos que Igor se podía escapar mientras pasara el tren, solo teníamos que abrirle camino. Tocando el claxon, gritando su nombre y alumbrando con un reflector el desierto, bajábamos San Bernalejo y vuelta a la loma. El brete lo pasamos ente brincos y gritos, volteamos por tanque nuevo y luego desde la orilla seguimos gritando mientras aun oíamos el tren. Fatigados regresamos al brete con el alma en la mano. No había nada más que pudiéramos hacer. Otra vez a oscuras frente a la puerta del valle de las ánimas, en silencio me despedí de Aurelio, tenía que regresar por Igor a todo costo...le di la mano y cuando nos miramos en medio de la inmensidad de la noche...había tristeza y dignidad, solo ahí en-

tendí eso de ser quien se es...ser uno mismo... me acorde de mi propio padre, sabía que él hubiera hecho lo mismo, como también mis maestros, tenía que regresar, ahora todo el desierto era un solo camino, hacia el valle de las animas y lo tome, asentí y caminé. Una estática de radio se escucho fuertísimo en la cabina de la camioneta, era el walkie talkie de la hija de Aurelio, la voz de Tila se escucho entre cortada “apa-re-ció el mu-cha-cho”. Sentí una gratitud enorme por la vida, la piernas me fallaron y caí de rodillas ante la noche, era la vida misma que me devolvía a mi muchacho de nuevo, era para mí un regalo y una lección de amor y entrega. El tren ya no se oía, había silencio; Cuando llegamos, solo se oía el ladrar de Pingüino y Camilo que nos recibían. Domitila se rio... “ay Jorge, que travieso”. Igor estaba acostado. Se levantó al verme, me contó que un grupo de coyotes lo tenía rodeado y no lo dejaba bajar de la lomita, que caminaba, pero no salía, que llevaba más de 6 horas tratando de salir y solo cuando vio la luz y oyó los gritos pudo correr hacia las Margaritas y escapar. No hablamos mas de eso, la noche ahora era tibia, nadie podía dormir lo poco de la noche que faltaba, hicimos café mientras se veía como unos nubarrones densos surcaban el cielo, parecía lluvia, era el fin de la sequia. Habíamos cumplido de nuevo con el agua, ahora podíamos marcharnos.



El Sombrero

...bueno para la cabeza



Transformación Humana
Escuela de Gestalt Claudio Naranjo



www.facebook.com/THumana



www.twitter.com/THumana



www.youtube.com/THumanaVideos



revistaelsombrero.wordpress.com