

Jean Shinoda Bolen

Autora de *Las diosas de cada mujer*



El sentido
de la enfermedad

Un viaje del alma

K_{airós}

EDICIÓN REVISADA

Jean Shinoda Bolen

EL SENTIDO
DE LA ENFERMEDAD
Un viaje del alma

Traducción de Antonio Francisco Rodríguez

editorial **K**airós

El loto es un símbolo del desarrollo del alma porque crece a través y sobre las aguas turbias para florecer, inspirándose en el dicho oriental, *La flor del loto asoma inmaculada del fango*. El loto es un buen símbolo para el viaje del alma de la gente hundida por un diagnóstico que luego se convierte en crucial para su sanación física y espiritual.

Título original: CLOSE TO THE BONE

© 1996 by Jean Shinoda Bolen

© de la edición en castellano:
2006 by Editorial Kairós, S.A.

Composición: Pablo Barrio

Primera edición en papel: Enero 2006

Primera edición en digital: Junio 2022

ISBN papel: 978-84-7245-735-5

ISBN epub: 978-84-1121-070-6

ISBN kindle: 978-84-1121-071-3

Todos los derechos reservados.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita algún fragmento de esta obra.

SUMARIO

Prefacio a la edición revisada

Introducción

1. La enfermedad y el alma
2. La tierra se abre bajo nuestros pies
3. El viaje de Psique
4. Como carne podrida en un gancho
5. El desmembramiento de Procusto
6. La enfermedad como punto de inflexión
7. A veces necesitamos historias
8. Conexiones espirituales
9. Invocar a los ángeles: la oración
10. Recetar imaginación
11. Rituales: la representación del mito
12. Ayudar al prójimo
13. Meditaciones

Agradecimientos

Bibliografía

PREFACIO A LA EDICIÓN REVISADA

A lo largo de la década en que *El sentido de la enfermedad* se ha venido imprimiendo, el boca a boca ha hecho que haya visto varias ediciones. He oído a muchas personas decir que el libro les había conmovido profundamente, que había sido una gran ayuda e incluso que «ha salvado mi vida». Estos eran los comentarios de un tipo de lectores en concreto: tanto de aquellos a quienes una enfermedad mortal les había tocado de cerca como de quienes habían aplicado el libro a otras situaciones en que su vida se había visto seriamente alterada. Muy poco de lo que se encuentra en el libro ha pasado de moda porque la perspectiva jamás podrá dejar de estar al día. El diagnóstico de una enfermedad como el cáncer, despertarse un día en una unidad de cuidados intensivos tras haber sufrido un infarto o cualquier otra alarma similar nos recuerda que la vida es en realidad una enfermedad mortal. En muchas ocasiones, no solemos dar suficiente importancia a la gran cuestión del sentido de la vida y a lo fugaz que es el espacio de vida que nos queda antes de morir. La mayoría de la gente no percibe la conexión que existe entre la enfermedad

corporal y nuestra necesidad espiritual de tener autenticidad, amor y objetivos vitales. Tampoco son conscientes de que la mente tiene un poderoso efecto curativo. La mayoría piensa que los doctores tienen la última palabra a la hora de dictaminar el tiempo de vida que les queda. Sin embargo, podrían cambiar su punto de vista si conocieran a otras personas en situaciones similares, a quienes un día les dieron tan solo meses de vida y años más tarde recuperaron todo su vigor. Las revistas de medicina informan a los médicos a través de estadísticas y no se molestan en plasmar historias personales sobre una inesperada recuperación o la remisión de una enfermedad. Aún así, estas historias pueden cambiar las creencias de las personas. A su vez, lo que creemos nos puede afectar a un nivel celular.

Si prestamos atención a nuestra alma, una perspectiva totalmente diferente se abre ante nosotros. El hecho de tener alma - y esta es una de las creencias innatas que comparten los seres humanos - significa que *somos seres espirituales que siguen una senda humana*, en lugar de seres humanos que pueden seguir o no un camino espiritual. Y si es así, ¿para qué hemos venido al mundo?, ¿qué hemos venido a hacer o a aprender?, ¿a quién debemos amar?, ¿para qué estamos aquí? Son cuestiones que solo encuentran respuesta en la intimidad de cada uno. Las respuestas se localizan en lo más profundo de nuestro ser, como una intuición. Una enfermedad mortal puede ser tan solo una alarma, un punto de inflexión o bien una

cuesta abajo, al igual que lo puede ser la crisis de la mediana edad. En cualquiera de estas situaciones, el resultado dependerá de que prestemos atención a nuestro espíritu, de que seamos o no conscientes de aquello que nos importa de verdad y de que actuemos en consecuencia para salvar nuestras vidas y sanar nuestras almas y relaciones vitales. Si no nos mantenemos en contacto con nuestra alma, nuestra existencia no podrá ser auténtica, ni productiva, ni interdependiente, no podrá tener ningún sentido. Si somos propensos a expresar la soledad espiritual y el dolor emocional en forma de síntomas físicos es muy probable que caigamos enfermos.

Los avances médicos son sorprendentes pero también pueden crear autocomplacencia en relación con las cuestiones del alma. Hace una década, el sida era una enfermedad mortal. Ahora que existen medicinas para combatirlo, puede convertirse en una enfermedad crónica, tal como una diabetes o una enfermedad cardíaca o pulmonar. Antes de que existieran los antibióticos, muchas enfermedades infecciosas de origen bacteriano también eran mortales. El paciente que sobrevivía a ellas a menudo tenía que atravesar una condición crítica hasta que la fiebre descendía y lo sacaba del peligro. Los avances médicos consiguen extender la vida a los privilegiados que tienen acceso a ellos, pero al mismo tiempo nos hacen pensar con ligereza que tenemos la vida garantizada sin preguntarnos por qué estamos aquí.

En esta edición revisada, he añadido al texto original cuatro elementos significativos y numerosos pequeños cambios. “El Herald de la verdad” ha sido sustituido por el capítulo titulado “El viaje de Psique”, pues consideré que tenía más que aportar acerca del significado de las cuatro tareas presentes en el mito de Eros y Psique y sus similitudes con las dificultades a las que hay que hacer frente tras el diagnóstico de una enfermedad mortal. Para ilustrar la esperanza y el deseo de vivir son muchas las historias que hablan sobre las experiencias positivas de pacientes que sobrevivieron al tratamiento, de aquellos cuya enfermedad remitió o de los que tuvieron una recuperación excepcional. Por ello, añadí más información y narraciones personales en el capítulo “A veces necesitamos historias”. En “Conexiones espirituales” he añadido información sobre los círculos de apoyo, una especie de vasos comunicativos para la curación y el crecimiento espiritual que pueden alargar la vida. En el último capítulo, que he titulado “Meditaciones”, reflexiono acerca de cómo los sueños de los moribundos y las creencias compartidas por la humanidad están relacionados, quizás para la eternidad, con la continuidad del alma. Narro los acontecimientos sucedidos cuando mi hijo murió y cómo varias personas lo oyeron hablar después de su muerte. La convicción de que la muerte no es el fin y las experiencias numinosas –la admiración que se produce cuando una realidad invisible y divina es revelada o sentida– son lo que, bajo mi punto de vista, distingue a los

seres humanos del resto de las especies. También he añadido un subtítulo en esta edición revisada, que es “Un viaje del alma”, en consonancia con la temática del libro.

La fecha original de publicación para la edición en inglés de Scribner fue el 2 de octubre de 1996. Para mí, la fecha de publicación de un libro es como su cumpleaños, el día en que oficialmente entra a formar parte del mundo, a tener una vida propia. Cuando descubrí que el 2 de octubre es el día del ángel de la guarda en el calendario católico se me ocurrió que se trataba de una sincronicidad y pensé en algo que había oído: que cuando rezamos por alguien es como si le estuviéramos enviando ángeles para que le hagan compañía. Como mi intención con este libro es ayudar y sanar, hacerte sentir más seguro, animarte a que confíes en tu sabiduría interior y a que seas enteramente fiel a lo que te dicta tu más profunda intuición, acompaño este libro con mis oraciones. Siento un cosquilleo al preguntarme si eso también significará que vendrá acompañado por ángeles.

*Dra. Jean Shinoda Bolen
Mill Valley, California
Septiembre de 2006*

INTRODUCCIÓN

El pictograma chino para “crisis” está formado por los ideogramas de “peligro” y “oportunidad”. Para aquellos a quienes afecta, una enfermedad mortal supone una profunda crisis que sacude los cimientos de las concepciones previas. Una crisis de esta naturaleza no atañe sólo a la persona enferma, ni afecta tan sólo al organismo. La condición de postración hace que todos los aspectos de la vida del paciente y todas sus relaciones significativas se precipiten en un período de transición e incertidumbre. Una enfermedad mortal constituye una crisis para el espíritu. Cuando la muerte y la invalidez están próximas, en realidad nos sumergimos en un período de peligro y azares que plantea interrogantes acerca del sentido de la vida y pone a prueba los vínculos interpersonales.

Este libro es fruto de una serie de conferencias y seminarios sobre la enfermedad como un descenso del alma al inframundo y la curación que pueda resultar de ello. El mensaje central, que la enfermedad es una experiencia espiritual, fue uno de los motivos que inspiraron una serie de conferencias acerca de mujeres que

luchaban contra el cáncer, titulada «Viajes curativos: el cáncer como punto de inflexión», junto al revolucionario libro de Lawrence LeShan, cuyo título sugirió la segunda parte del epígrafe de la conferencia. El cáncer como punto de inflexión era la perspectiva de las cuatro organizadoras; a tres de ellas se les había diagnosticado y tratado de cáncer de mama.

He acompañado a familiares, amigos y pacientes a lo largo de enfermedades y hospitalizaciones que constituyeron descensos al inframundo. Es un terreno muy conocido, aunque la entrada de la enfermedad física no es tan familiar como los puntos de acceso psicológico que conducen a personas inmersas en un camino espiritual a un análisis junguiano bajo mi supervisión.

Tanto si la enfermedad mortal es física o psicológica, cuando la depresión ensombrece e influye en el pensamiento y en los actos a menudo la gente se da por vencida y renuncia al futuro. En ese momento no basta con tratar la depresión con medicamentos ni prestar atención únicamente a los aspectos físicos y los síntomas de la enfermedad, cuando el asunto a vida o muerte que subyace a esta cuestión supone renunciar al sentido de la propia vida, en el presente o en el porvenir.

Al haber tendido puentes entre ambos mundos, me resulta fácil advertir las semejanzas entre las enfermedades físicas y psiquiátricas graves. Antes de ser psiquiatra e incluso ahora, como analista, aún soy, esencialmente, médico. La facultad de medicina y una

estancia rotativa en un gran hospital comarcal no fueron un mero proceso educativo: fueron una iniciación. Ser médico del cuerpo o del alma significa habitar los pasajes fronterizos entre la vida cotidiana y el más allá. Una enfermedad mortal concluye una fase de la vida, cuando no la vida misma. El médico del cuerpo o del alma es testigo y partícipe del desenlace.

El impacto de una enfermedad mortal es semejante al de una piedra al caer en la superficie remansada de un lago, la conmoción se proyecta en anillos concéntricos conforme las emociones, los pensamientos y las reacciones irradian desde ese centro. Afecta a las relaciones entre personas, conmueve profundamente a los demás, implica potencialmente al paciente y a cuantos se ven afectados en lo más profundo de sí mismos, en el alma. Cuando el cuerpo o la mente padecen o caen presa de la enfermedad, afloran preguntas espirituales acerca del sentido de la vida. La curación y recuperación puede depender tanto o más de una profundización de las relaciones y de la implicación con la propia vida espiritual que de la pericia médica o psiquiátrica.

En reiteradas ocasiones he aprendido que una enfermedad mortal resulta traumática para todos aquellos a los que concierne, que nos ofrenda la oportunidad de obtener indicios e intuiciones acerca de por qué estamos aquí, y qué y quién nos importa realmente. Esta experiencia, y el fundamento arquetípico que proporciona la mitología, conforman el alma de este libro.

Espero que este volumen sea un compañero interior en tiempos de penuria o dificultad. Puede que llegue a tus manos gracias a la sincronicidad, para afirmar lo que ya conoces intuitivamente y estimularte a emprender aquello que pueda curarte. Me lo imagino leído en voz alta, un capítulo o un fragmento. Espero que abra el camino para una conversación fructífera con los demás y un provechoso diálogo con uno mismo.

1. LA ENFERMEDAD Y EL ALMA

En estancias ruidosas y salas de espera atestadas de clínicas y hospitales comarcales, en silenciosas habitaciones individuales en pabellones hospitalarios o en salas de espera claramente designadas, salas de auscultación u oficinas, dondequiera que haya pacientes, hay dilatados momentos de silencio, pausas, a veces precedidas por un suspiro, una calma pasajera cuando la atmósfera se vuelve pesada. Cuando los ojos del paciente o de los demás miran hacia dentro. Cuando alguien se ensimisma mientras los otros conversan o parece encontrarse en otro lugar aun cuando el doctor explica algo importante. A veces he advertido esa misma mirada, con su correspondiente silencio, en el rostro de un doctor o una enfermera. En algunas ocasiones, de pronto toda una habitación se ve anegada por ese mismo silencio profundo; cuando esto ocurría, los antiguos griegos comentaban: «Ha entrado Hermes». Hermes era el mensajero de los dioses y el guía de las almas en su camino al inframundo; los sueños y la adivinación eran invocados bajo sus auspicios. Hoy, cuando esa quietud se aposenta, alguien puede verse

tentado a romper el silencio y decir: «Ha pasado un ángel». Inexplicablemente, se produce un sensible y tenue cambio en el aire que tanto los hombres de la antigüedad como los del presente han atribuido a la presencia de mensajeros alados invisibles procedentes de la eternidad. En esos momentos, la imagen o apariencia que vestimos ante el mundo se desvanece y la mente se vacía de sus preocupaciones y responsabilidades, y nos reunimos con nuestra alma.

La enfermedad y el alma

La posibilidad y el hecho de una enfermedad seria invoca el alma desde el primer estadio de su desarrollo: puede ocurrir tras recibir la noticia de que los rayos X, los escáneres más sofisticados o muestras enviadas al laboratorio han revelado un trastorno grave, o después de que la propia enfermedad se manifieste con la brusca irrupción de un dolor agudo, desmayos o hemorragias, o tras el descubrimiento de un bulto o mancha sospechosos, o tras haber sobrevivido a un intento de suicidio o a una lesión que provoca una minusvalía. Cuando quiera y como quiera que atravesemos ese umbral entre la enfermedad y la salud, advenimos al reino del espíritu. La enfermedad conmociona el alma y la hace presente tanto para el paciente como para aquellos a quienes les importa. Perdemos la inocencia, nos sabemos vulnerables, dejamos de ser quienes éramos antes de este acontecimiento y

nunca volveremos a nuestro estado anterior. Estamos en un territorio inexplorado y no hay vuelta atrás. La enfermedad es un acontecimiento profundamente espiritual, y sin embargo esta realidad se ignora y prácticamente no se aborda. En cambio, todo parece concentrarse en la parte del cuerpo que ha enfermado, ha sido herida, sufre una disfunción o permanece fuera de control.

Un hospital tiene mucho en común con un taller de reparación de automóviles. Tiene un personal de especialistas para diagnosticar, reparar o reemplazar lo que sea necesario en el cuerpo físico para dejarlo a punto de nuevo. Se considera que el paciente y quienes lo acompañan en la crisis se comportan bien si no interfieren en aquello que los doctores decidan hacer con el cuerpo enfermo. Los pacientes problemáticos (o sus importunos allegados) hacen preguntas, quieren saber lo que está mal y por qué se ha escogido un tratamiento determinado y no otro, incordian al médico con demandas y no se portan de forma adecuada. En el escenario médico la autoridad está claramente definida, con un doctor al mando y otros encargados de cumplir sus órdenes. Un buen paciente, como un buen soldado, es el que coopera y obedece las órdenes. Especialmente si el diagnóstico es cáncer, pero también en otros muchos casos, a menudo la perspectiva del médico es semejante a la de un general ante una guerra: la enfermedad es el enemigo que ha de ser combatido, y el cuerpo del paciente es el campo de batalla.

El umbral entre la vida y la muerte

Si algo funciona mal en nuestro cuerpo, queremos que lo arreglen. Si algo destructivo avanza en nuestro organismo, queremos detener la enfermedad. Acudimos a médicos y hospitales con la expectativa de que cuidarán de nuestro cuerpo. No esperamos que el alma también se vea involucrada. Sin embargo, una enfermedad mortal apela al alma, requiere recursos espirituales y puede ser una iniciación al reino espiritual que atañe al paciente y a quienquiera que se vea inmerso en el misterio que acompaña la posibilidad de morir. Cuando se vive en el límite -en el reino fronterizo entre la vida y la muerte-, se vive en un tiempo y lugar *liminal*. Este vocablo proviene de la palabra latina que significa "umbral". No es una palabra de uso cotidiano; la traigo a colación porque su sentido evoca la experiencia personal del lector y la memoria colectiva de la humanidad, a la que todos tenemos acceso. Cuando participamos en algo que nos cambiará y alterará el modo en que los demás se relacionan con nosotros - como cuando nos casamos, nos alistamos en las fuerzas armadas o nos ordenamos sacerdotes, nos convertimos en médicos o superamos una experiencia traumática-, ésta es una experiencia liminal. Cuando en el nivel físico nos iniciamos en el conocimiento de algo que nos era ajeno - por ejemplo, a través del acto sexual o el embarazo-, cruzamos un umbral. Sin embargo, en ese momento, la toma de conciencia física, mística o espiritual de lo que

está ocurriendo determina su significado como una experiencia del alma. Esto es lo que sucede con una enfermedad mortal, que de un modo semejante atañe al organismo y sin embargo puede afectarnos espiritualmente.

La enfermedad, sobre todo cuando existe la posibilidad de morir, nos hace dolorosamente conscientes de lo valiosa que es la propia vida y la vida en general. Se produce un cambio en las prioridades. Advertimos la verdad de lo que importa, quién importa y qué hemos hecho con nuestras vidas, y hemos de decidir qué hacemos ahora que lo sabemos. Las relaciones importantes se ponen a prueba y se fortalecen o se destruyen. Nos cuestionamos nuestras creencias espirituales y religiosas o la ausencia de las mismas. La enfermedad constituye una ordalía tanto para el cuerpo como para la mente, y un período que ha de concluir con su curación.

Hubo un tiempo, o eso parecía, en el que las enfermedades potencialmente fatales eran acontecimientos trágicos inesperados que les sobrevenían a los niños pequeños, y las enfermedades terminales eran fundamentalmente estados crónicos que afectaban a los mayores. Los exámenes médicos y las biopsias han hecho posible diagnosticar enfermedades mortales en una fase temprana y tratarlas agresivamente, de tal modo que los propios tratamientos invasivos suponen un riesgo para la salud y la vida. Ahora muchas personas corren el peligro de morir o quedar impedidas en su madurez. El sida y el

cáncer reclaman a tantos en los primeros años de su vida adulta que muchos consideramos que la madurez es un campo de batalla en el que un gran número de individuos caen abatidos a nuestro alrededor; para los que trabajamos en profesiones relacionadas con la salud, el impacto de las cifras es aún más demoledor. Las enfermedades mortales nos golpean de cerca. Una de ellas puede amenazar a nuestra mujer, a nuestro amante, a nuestro hijo o hija, a uno de nuestros padres, a un amigo o a uno mismo.

Ser un paciente obediente y pasivo o el campo de batalla en el que los médicos combaten va contra el reducido grupo de personas que cuestionan la autoridad, ven la vida desde un punto de vista alternativo y comprenden que hay un vínculo entre el cuerpo y la mente. Tanto como paciente o como individuo que asume una responsabilidad y se encuentra emocionalmente ligado a éste, las decisiones que adoptemos o permitamos que otros adopten tendrán consecuencias a vida o muerte. Actuar con miedo o sin confianza, siguiendo los dictados de la intuición o ignorándola, hacer lo que sabemos que es adecuado aun cuando moleste a alguien; estas cuestiones vitales adquieren una inusitada relevancia cuando la muerte y la convalecencia dependen de nuestras decisiones. Además, si la medicina pierde la batalla por la curación, a menudo los doctores abandonan el terreno desahuciando al paciente, que en lo sucesivo es un recuerdo de la derrota.

La enfermedad como una ordalía psicológica

Los esfuerzos que implica ser un paciente y padecer una enfermedad física suponen una ordalía que puede tener un efecto transfigurador a un nivel espiritual. El estrés psicológico es un aspecto esencial de la prueba que ha de atravesar el alma. Cuando en un chequeo rutinario aparece inesperadamente la posibilidad de una enfermedad seria, se manifiesta una serie de síntomas o es imperativo el ingreso en un hospital, nos pueden asediar los temores y una sensación de vulnerabilidad. Tememos - justificadamente o no- que nunca volveremos a nuestro anterior estado de salud. Asimismo, los allegados del paciente pueden abrigar éstas o semejantes preocupaciones, o elaborarlas en ausencia del paciente. El modo en que percibimos lo que nos ocurre a nosotros o a un ser querido modela nuestros pensamientos mucho más que la información objetiva. En función de nuestro carácter psicológico, en semejantes circunstancias tenemos tendencia a vivir en el presente o en el futuro, si tratamos de preverlo. Si existe la posibilidad potencial de que una biopsia o un examen médico revelen una enfermedad grave, alguien que vive en el presente a menudo descarta las contingencias aciagas: la actitud de “¿por qué preocuparse?” se instala de un modo natural. Por el otro lado, una persona que proyecte su vida en el futuro, sobre todo si es alguien que se preocupa o es consciente de las probabilidades y de la dimensión de la situación, prácticamente puede asumir que el paciente está muerto y enterrado antes de tener los resultados. Cuando algunas

personas caen presa de la angustia del dolor, los impedimentos, la debilidad o las náuseas, esa experiencia desagradable no será sólo momentánea sino que la supondrán interminable, mientras que otras que afrontan los mismos síntomas los vivirán como parte de una etapa difícil que tendrá su fin. Si no se alivia el dolor, o la mente se ve asaltada por pensamientos negativos y obsesivos, hay poco espacio para ocuparse de asuntos espirituales.

Momentos espirituales

Para atender al alma, la mente ha de aquietarse. Entonces, como de una fuente profunda en nuestro interior, podrán emerger los pensamientos y sentimientos, que a menudo no compartimos con nadie. Cuando lo hacemos, el alma se asoma un momento al mundo exterior, y ansiamos compartir sinceramente la profundidad a que nos aboca la enfermedad. Si vamos a morir, nos preguntamos: ¿habrá tenido sentido nuestra vida? ¿Lamentamos algo de lo que hemos hecho o dejado de hacer? ¿Qué queremos hacer con el tiempo que nos resta? ¿Importamos algo? ¿Nos importan algo los seres que han compartido nuestra vida? ¿Existe Dios? ¿Hay un más allá? ¿Qué asuntos pendientes nos reconcomen? ¿Qué pensamientos y recuerdos caídos en el olvido se nos hacen presentes? ¿Qué nos dicen nuestros sueños?

Al expresar cuitas y asuntos de esta naturaleza, desnudamos nuestra alma. En esos momentos nos

mostramos desguarnecidos, y muy a menudo, al referimos a estos temas, los demás tienden a silenciar apresuradamente nuestras palabras con una delgada capa de tranquilidad, a la que respondemos retrayéndonos. Mostrar el aspecto espiritual de uno mismo perturba a aquellos que habitan en aguas más calmas. Las preguntas de naturaleza espiritual son aquellas que las personas adictas al trabajo, al alcohol o a actividades frívolas conjuran mediante sus adicciones. No se atreven a ahondar en esas dudas, tal como nosotros las expresamos.

En ocasiones nos sorprenden ensimismados, absortos en lo más recóndito de nosotros mismos -en un recuerdo o pensamiento, una emoción, una intuición o un razonamiento-, y alguien nos pregunta: «¿Qué estás pensando?». Entonces nos retraemos tímidamente, o bien expresamos nuestros temores en voz alta, y nos es grato encontrar un alma afín. Un amigo del alma es un santuario, alguien a quien podemos decir la verdad de lo que sentimos, sabemos o percibimos. Cuando expresamos algo de profundidad espiritual, los demás no pueden desdeñarlo, minimizarlo, negarlo o tomárselo personalmente; lo que decimos ha de ser acogido, escuchado, aceptado y sostenido, como en una matriz que pueda desarrollar y traer enteramente a la conciencia cuanto nos importa y la imagen que tenemos de nosotros mismos.

Esos momentos de calma, cuando la mirada parece interiorizarse, se manifiestan en silencios elocuentes, momentos en los que entramos en comunión con nuestras

percepciones y pensamientos más recónditos o albergamos una sensación o imagen que puede ser efímera; el ánimo oscila y, al tratar de apresarlos, lo que hemos aprehendido por un instante puede desvanecerse como un retazo de sueño.

La premisa de este libro es que la enfermedad *puede* invocar al alma y que el reino espiritual es semejante al sueño o la ensoñación, una fuente de sabiduría y significación personal que puede transformar la vida y curarnos. Esto no quiere decir que la enfermedad sea bienvenida. Sólo puede ser valorada retrospectivamente por aquellos para los que supuso una experiencia espiritual, pero asumir esta perspectiva hará que su potencial resulte más prometedor.

El restablecimiento de la salud del alma y del cuerpo puede darse o no simultáneamente; puede advenir la curación y que el cuerpo no sobreviva. Después de todo, la vida es una situación terminal. La cuestión es cómo y cuándo moriremos, no si hemos de morir. La enfermedad nos priva de nuestra vida y asuntos cotidianos y nos enfrenta a grandes interrogantes y a la oportunidad de acceder a un conocimiento espiritual que puede transformar la situación y a nosotros mismos. Las oraciones y los ritos que cumplimos ayudan a concentrarnos y acceder a energías espirituales.

En un nivel espiritual podemos advertir claramente lo que importa y reconocer la realidad de nuestra situación personal. Nos hacemos conscientes de que somos seres

espirituales abocados a una senda humana antes que seres humanos que pueden seguir un camino espiritual. Reconocemos lo que es sagrado y eterno. Desde una perspectiva espiritual, una enfermedad, aun terminal, es un inicio potencial, una etapa liminal en la que nos encontramos entre el mundo cotidiano y el mundo invisible.

Preguntas espirituales

Creo que en cada enfermedad concreta, así como en cada vida individual, las preguntas espirituales son idénticas: ¿Qué hemos venido a hacer aquí? ¿Qué hemos aprendido? ¿Qué hemos de curar? ¿Qué y a quién hemos amado? ¿Para qué estamos aquí? Preguntas que tienen que ver con la esencia de lo que somos. Estoy convencida de que la enfermedad es una llamada a la conciencia (algunos dirán que una llamada al despertar), que implica un descenso a las profundidades y una exposición a cuanto tememos. He visto cómo la enfermedad desenterraba los afectos y revelaba fortaleza de carácter, y soy consciente de que constituye una oportunidad para el crecimiento espiritual. O no. Creo que los cuentos y los mitos, los sueños y las experiencias místicas pueden tornarse más vívidos durante las enfermedades, y que incorporar el conocimiento espiritual emanado de esas fuentes a la vida cotidiana hace que tanto la vida como la muerte adquieran sentido.

La esencia de nuestra humanidad

La primera vez que fui consciente de que la enfermedad era una experiencia tanto corporal como espiritual fue cuando tenía poco menos de treinta años. Acababa de empezar mis prácticas psiquiátricas, y solicité una excedencia de seis meses para estar con mis padres cuando mi padre volvió a casa para morir. Había perdido una larga y heroica lucha para superar el cáncer que había extenuado su organismo, e incluso cuando la medicina ya había agotado todos sus recursos, su deseo de vivir le hizo seguir adelante durante muchos meses más. Con todo, cuando murió abrió desmesuradamente los ojos y su rostro se iluminó de alegría. Estoy segura de que vio algo que yo no podía ver; confío en mi percepción y agradezco profundamente el don de haber visto aquello. Él estaba allí y al momento siguiente se había ido. Sólo quedó un cuerpo vacío; su alma lo había abandonado. El cadáver estaba templado, y probablemente muchas células continuaban trabajando unos segundos más tarde, pero *él* -su alma- ya no estaba allí. Su sufrimiento había concluido, y el cuerpo que quedaba era como ropa vieja, usada y raída, conocida pero ya inútil para la persona que otrora la vistiera. Su rostro me dijo que había algo hermoso que contemplar a la hora de la muerte, y la etapa previa de la agonía me hizo pensar que este momento también era relevante. Con sólo una vía respiratoria, hablar le era difícil, y en los últimos meses pareció que su mundo interior lo absorbía.

Seguramente murió tras permanecer con vida el tiempo necesario para hacer lo que tuviera que hacer en el umbral entre este mundo y el siguiente. Los moribundos se pasan los días como los recién nacidos, durmiendo y soñando, con sus necesidades básicas al cuidado de los demás; el sueño, el ensimismamiento y los momentos de lucidez y conversación no sólo han de suavizar la transición sino que han de servir para sanar el espíritu.

En los años posteriores a su defunción, mi hijo, mi madre y amigos muy cercanos han vivido crisis médicas y quirúrgicas. Descubrí que cuando se somete a un niño a una operación seria, la madre siente su propia vulnerabilidad y la de su hijo, quizá como en ninguna otra relación; esto también ocurrió en el caso de mi hijo, que frisaba la edad adulta, una ordalía que revistió los elementos de una iniciación a la virilidad y fue claramente un viaje espiritual. La perspectiva de la que le hice consciente facilitó que su experiencia adoptara un cariz diferente. Cuando mi madre, a sus ochenta y cinco años, enfermó de gravedad, dio la impresión de que era el principio del fin, que era lo que ambas pensábamos hasta que se recuperó completamente y se reincorporó a su vida independiente en el terreno profesional y personal. Creo que cuanto hice y dije inclinó la balanza y marcó la diferencia, aunque fue ella quien, en un nivel espiritual, decidió vivir, y su organismo fue capaz de recuperarse. Las crisis médicas y quirúrgicas que atravesaron mis amigos más cercanos me afectaron como sólo pueden afectarnos

aquellos a los que amamos; nos trajeron el conocimiento de cuán efímera puede ser nuestra propia vida.

Todos los que acudieron a mi consulta para analizarse me hablaron de los temas que más les afectaban. Contemplar la profundidad y envergadura de esta experiencia me convenció de que a lo largo de toda la vida es imposible no verse directa o indirectamente afectado por enfermedades potencialmente fatales o incapacitadoras: nos puede pasar y nos pasará a nosotros o a quienes nos rodean. Tanto si somos el paciente o un testigo, cuando la dolencia invade nuestro círculo íntimo provoca una tremenda conmoción. Las enfermedades mortales conducen a los pacientes, a quienes los aman y a quienes los tratan al reino del espíritu.

Esas enfermedades a menudo nos toman por sorpresa. El cambio entre la salud y la enfermedad puede suceder tan repentinamente que nos deja anonadados y sin palabras ante la gravedad de aquello en lo que nos hundimos. El consejo de alguien familiarizado con el tema quizá proporcione alguna orientación: imágenes y metáforas que reflejan lo que concibo como un punto de partida para la reflexión o la base para un diálogo con el otro en un nivel espiritual. Ya sea repentina o gradualmente, una enfermedad mortal tiene el poder de destruir toda ilusión y mostrarnos lo que realmente importa, quizá por vez primera en nuestras vidas.

Que la adversidad de la enfermedad, la proximidad de la muerte y el conocimiento de que no controlamos la

situación nos lleven a la esencia de las cosas significa acercarnos al fundamento de lo que somos como individuos únicos y como seres humanos. Como en los rayos X, donde los huesos son la parte más visible debido a que son los elementos más duros e indestructibles del organismo, del mismo modo la adversidad revela las eternas y por ello inalterables cualidades del espíritu.

2. LA TIERRA SE ABRE BAJO NUESTROS PIES

Cuando hay un *antes* y un *después*, cuando se da un acontecimiento que marca el momento en el que la vida cotidiana se precipita a su fin, lo que a menudo ocurre con los asuntos médicos, el cambio acontecido tiene la fuerza de un desastre natural, un terremoto personal que sacude el suelo que nos sostiene. Antes del diagnóstico, antes de la operación o el accidente, antes del descubrimiento de que algo no marcha bien, vivimos en la inocencia o la desidia. Entonces todo sufre una mudanza, y creemos que ya nada volverá a ser igual.

A este respecto acaso sintamos lo que Perséfone,¹ la doncella de la mitología griega que estaba recogiendo flores en un prado cuando la tierra se abrió ante ella, y de la brecha más profunda y oscura emergió Hades, el señor del inframundo, con su carro oscuro arrastrado por caballos zainos, presto a secuestrarla. Tomó a Perséfone consigo, y ella gritó de pavor cuando circundaron el prado, y a continuación los caballos y el carro, transportando a Hades y a la aterrada Perséfone, se hundieron por donde

habían venido, y la tierra volvió a cerrarse como si nada hubiera pasado.

El encuentro con Hades: la pérdida y la vulnerabilidad

En un principio, Perséfone sólo se preocupaba por coger hermosas flores; el cielo era azul, el sol cálido, y todo estaba en orden. Al poco se encontraba en el inframundo y todo había cambiado. Le arrebataron su inocencia y su seguridad; se encontraba desvalida y a merced de fuerzas más allá de su conocimiento. Este mito se aplica a todos nosotros. *Perséfone* es el lado inocente de mujeres y hombres, jóvenes y ancianos, que encuentra en *Hades* al responsable del incesto, la violación, el rapto, la traición, de todo acto imprevisible e inesperado que nos sacude y nos hace conscientes de nuestra fragilidad física o emocional. Hades es también el acontecimiento simbólico que nos expone a un conocimiento específico del bien y del mal. Antes de la aparición de Hades, nos sentimos a salvo; una vez que ha llegado, dejamos de estarlo. Cuando la prueba del sida da positivo o una biopsia revela la existencia de un cáncer, sea cual sea el medio a través del que nos enteramos de la enfermedad mortal, el efecto es el mismo: *Perséfone* -la asunción de la juventud y la salud, la seguridad y la inmunidad ante la enfermedad y la muerte- ha sido violada y conducida al inframundo.