



Un libro exquisitamente editado, en lenguaje impecable y prosa deliciosa, desbordante de un saber-conocimiento aquilatado por su experiencia y sensibilidad; nada dice que no haya procesado; nada sabe que no haya sentido.

Orar en tiempos de desconcierto

E

n un "estuche de lujo" nos llegan las reflexiones que la Dra. María Josefina Bustamante (María Jota, la llaman sus amigos) nos ofrece en su *Una Oración por Todos* (Fundación Polar, Caracas, 1997). Un libro exquisitamente editado, en lenguaje impecable y prosa deliciosa, desbordante de un saber-conocimiento aquilatado por su experiencia y sensibilidad; nada dice que no haya procesado; nada sabe que no haya sentido. Un libro que merece que se hable de él y bien. Un libro poco común entre nosotros. Un regalo, precioso y gratuito, que deseo agradecer a su autora.

El "dar gracias" es una forma de oración. Además, por si fuera poco, esta Oración viene precedida (prologada) por un "invitatorio" del Dr. José Luis Vethencourt, maestro de generaciones, "viejo sabio", apasionado de lo humano y apasionante por la densidad con que se religa al fondo implicante de lo real, con rebeldía incluida.

Una Oración que nos invita a buscar nuestro rincón preferido, a ralentizar nuestro tiempo, a sosegar nuestra mente y nuestro espíritu para poder reflexionar, gustar y saborear... y así "tonificar el alma", estimulando en el lector "la

fotosíntesis personal". Porque, aunque no nos ofrece en "modo alguno un tratado, sino más bien una colcha de retazos" (p.20), ni "un libro técnico" (p.219), dejando de lado "el lenguaje científicista de la psicología académica" y sin "sumirse en un lenguaje críptico" (p.29), al finalizar su lectura he recordado las palabras de Gabriel Zaid: "la medida de la lectura no debe ser el número de libros leídos, sino el estado en que nos dejan" (Demasiados Libros, Anagrama, 1996). Muchas veces, al leerlo, me he detenido un rato y cerrado el libro, mientras desentrañaba el texto o me permitía sentirlo un poco más, y seguir de nuevo. Porque, como bien anota el Dr. Vethencourt, Una oración por todos, como quien no quiere la cosa, en palabras e imágenes, nos deja materiales que sorprenden, asombran y nos ponen a imaginar.

Cada capítulo, desarrollado preferentemente de manera más experiencial que académica, es un "relato", compuesto de citas, historias, ejemplos, detalles personales, alusiones un tanto íntimas, "con el objeto de ayudar y dejarnos ayudar a cambiar, a sanar, a ser mejores" (.176). Todos ellos tienen el valor de la narración y el valor del símbolo proyectivo que suponen. Muy en la línea del valor y del relieve que ha venido ocupando la narrativa en la psicoterapia, no sólo en la de corte cognitivo, que tiene importantes representantes en el grupo liderizado por el conocido biólogo chileno, Humberto Maturana, y que gustan llamar Terapia cognitiva post-racionalista. Narrar es construir significados que dan sentido a la experiencia.

UNA PSICOTERAPEUTA DEL ALMA

Si se nos permite calificar a la autora, no dudaríamos en llamarla Psicoterapeuta del alma. En esto, ella está muy cerca de James Hillman, llamado a veces "Soul Man"; a ella le gustaría poder ser alumna, aunque él no admite ni discípulos ni seguidores, porque, "al convertirse en discípulo, uno deja de pensar"(p.69). Y lo dice ella que ha vivido cerca de otros insignes terapeutas y ha gozado de su amistad -Carl Rogers y Virginia Satir-, por mencionar solamente dos mundialmente conocidos.

La llamamos psicoterapeuta del alma, porque ella nos dice qué es lo que hace en el recinto terapéutico, en ese "templo" que es el consultorio. "Uno comparte retazos de la vida mezclados con pedacitos de las biografías, siempre con la intención de tonificar el alma" (p.20). Cuando habla de sus propios terapeutas, reconoce que a ellos debe mucho de lo que ella es, porque "estuvieron dispuestos a compartir su alma para sanar la mía" (p.179). Y todo ello, porque está convencida de que "el reconocimiento de lo invisible es el corazón de la ciencia psicológica y el misterio central del arte de la psicoterapia" (p.47). Por eso, no dudará en afirmar: "es indispensable que (el terapeuta) tenga un sólido entrenamiento en el cuidado del alma" (p.149). La figura del sacerdote como "pastor de almas" (el cuidador, el "cura" del lenguaje popular) nos viene evocada aquí.

Su instrumento simbólico será el "macroscopio", inspirado en el microscopio, que aumenta lo muy pequeño para hacerlo observable, y en el telescopio, que acerca lo remoto para hacerlo accesible y examinarlo de cerca. El macroscopio "relaciona, amplifica, descubre imágenes y traza conexiones", y, lo que es más importante aún, "permite acercarse a la vida del alma sin reducciones", "hurgar en las confusiones del alma a través de la palabra" (p.67). De él se sirve para captar la realidad que necesita comprender ante quienes buscan orientación o alivio.

No extraña, entonces, que nos encontremos con una persona con un gran amor por la palabra, por lo que dicen las palabras, no siempre en concordancia con los significados del diccionario, y muchas veces repletas de implicaciones y significados. Saber traducir es una destreza indispensable para toda persona que pretenda asomarse a los recovecos y escondites de la propia alma o quiera ayudar a otros a hacer lo mismo, nos dirá en otro lugar (p.41). Ése es su instrumento y vehículo esencial para comunicar atención, interés, confianza y respeto a quien consulta. "Hurgar en las palabras es asomarse al alma" (p.25), porque el lenguaje "puede expresar todos los tonos de la emoción, todos los estados del ánimo" (p.68). Palabra y escucha, dejar hablar y oír a quien habla desde donde se encuentre en la vida, son dos características del macroscopio. Ella, como terapeuta, pa-

reciera hacerse eco de aquellas palabras de Zenón de Elea: "Nos han sido dadas dos orejas, pero en cambio una sola boca, para que podamos oír más y hablar menos". Muchos "maestros" la ayudaron a concebir su "macroscopio": Jung, Freud, Carl Rogers, Virginia Satir, J. Hillman, otros maestros cercanos, contemporáneos y anónimos. También la Historia Sagrada, las parábolas y muchos poetas... Porque, como dijo el poeta británico Tennyson, "soy parte de lo que se cruza en mi camino".

EN EL CENTRO, EL ALMA

En lugar del self, ella, como Hillman, prefiere el alma, metáfora-raíz de la psicología. La psicología profunda implica "ir y llegar a lo hondo" del alma, para descubrir allí lo escondido e invisible (J. Hillman, *The Dream and the Underworld*, Harper and Row, New York, 1979, p. 25). Llegar al alma es tocar el fondo: "me llegó al alma", "me duele en el alma", "lo hice con toda mi alma"... solemos decir en la vida cuando queremos expresar lo inexpresable. A la psicología, como al hombre, de nada le aprovechará ganar todo el mundo si no encuentra, si pierde el alma (Mt. 16, 26)

No nos define "operacionalmente" qué es el alma. Pero nos cuenta, con valor autobiográfico, algunas peripecias por la que llegó a esta "fotosíntesis personal hacia la cual no hay atajos", a ese armonizar el mundo exterior de la historia con el mundo interior del espíritu, el hacer y el acontecer (p.17), ese tratar de superar la cruel separación de los opuestos: psicología y religión, lo humano y lo divino, lo espiritual y lo profano, Dios y ciencia... (pp.38-47).

Y así, de comienzo a fin, "alma" será la palabra más reiterada. Comenzando el texto, en el mismo Pórtico (pp. 16-17) escribirá: "la materia principal de la relación psicológica son las emociones: temor, dolor, ira, frustración, perdón...", y éstas no son sino "diversos estados del alma" o "pasiones del alma". Nullus sensus sine anima, decía San Agustín, o lo que es lo mismo, ubi sensus, ibi et anima, donde hay sentido, allí hay alma. Y en el capítulo final, Geografías, el espacio de nuestras vidas soltará, como quien no quiere la cosa,

Una Oración que nos invita a buscar nuestro rincón preferido, a ralentizar nuestro tiempo, a sosegar nuestra mente y nuestro espíritu para poder reflexionar, gustar y saborear... y así "tonificar el alma", estimulando en el lector "la fotosíntesis personal".

"hacer cariñoso inventario de los espacios que nos imprimen y nos oprimen es hacer alma" (p.153). Para aproximarse a las enfermedades psicosomáticas, dirá, en la penúltima página del texto central, "hay que explorarlas, escuchando el alma que no cede a presiones, no conoce trampas, ni admite porfías, habla en su momento y a su propio ritmo para equilibrar nuestras múltiples geografías y luchar con el stress que agobia e incapacita" (p.164). Aquí bien calza la expresión de Jung: Anima media natura. En el delicioso texto que media entre comienzo y fin, el alma seguirá siendo la palabra clave. Si es muy conveniente que revisemos y oigamos nuestros mitos actuales, lo es porque "a través de ellos podemos vernos mejor y aprender mucho de la genealogía de nuestra alma" (p.102). Penetrar los Secretos es muchas veces entrar al alma: "Sólo permitimos acceso a nuestros secretos, sólo abrimos el alma, cuando estamos dispuestos al riesgo de dolorosas y atrevidas reorganizaciones" (p.129). Y ¿qué decir de los Sueños? No sólo que "el alma está despierta mientras dormimos y puede contarnos al amanecer lo que le fue revelado en la oscuridad" (p.141), sino que "las imágenes del sueño no pueden despreciarse ni tomarse a la ligera: ellas son el alma que quiere decirnos algo y pide espacio en la vigilia para ayudarnos, como dice el poeta, a 'labrar la nueva miel con los dolores viejos'" (p.148).

Mientras que el espíritu cree y el cuerpo sabe, sólo el alma cree saber y sabe creer, pues cree porque sabe y sabe porque cree.



POR LOS CAMINOS DEL ALMA

Desde su experiencia psicoterapéutica, María Jota ata sus propias reflexiones, cuya secuencia de vistas y su organización en el texto que nos ofrece fue surgiendo en el juego de las multitudes contenidas en personas y en momentos a lo largo de caminos y encuentros. De ellos, abundantes e inagotables, toma una muestra; son los retazos con lo que confecciona esta hermosa colcha que es el libro. Luz que no ciega el conocimiento propio que exige bajar a lo hondo, interior y vital, como le gusta decir al postjungiano Ira Progoff. Confieso que no me es posible dar razón de todos los contenidos de este libro. No es ni texto ni un manual de "hágalo usted mismo", tan abundantes hoy, y con los que se quieren resolver,

sin mayores esfuerzos, situaciones de bastante implicación. Se lee fácil y con agrado, como decíamos al principio. Pero ofrece algo que no se encuentra fácilmente.

Nos invita, en primer lugar, a revisar de nuestro Equipaje, esa dote personal que traemos y llevamos, esa historia tejida por la memoria y contada por la imaginación, es una invitación importante. Nuestra historia no es lo que pasó, ni lo que sucedió, sino lo que es, "la remembranza personal de cómo se vivió lo que sucedió" (p.87).

Hacer memoria, evocar más que describir. Capítulo singular el dedicado a la Memoria. Memoria compartida clave de la identidad, personal y social. Nos decimos "pueblo amnésico", "país sin memoria" o que "olvidamos rápido". "Sin recuerdo no podemos vivir, sin olvido no podemos sobrevivir" (p.79).

Ni héroes que desprecian la muerte, ni santos que desprecian la vida, en gráfica imagen de O. Spengler. Precisamos un héroe santo, necesitamos "sanar la memoria", pero sanar no quiere decir curar, sino más bien desenmarañar, reorganizar" (p.88). No hay espacio en estos comentarios para dar razón de la enorme oposición que Hillman ha hecho al "modelo médico", a las actitudes "de curar la enfermedad", "hacer diagnósticos"... Algo inapropiado, herencia pesada para los "hacedores del alma". Memorable es su trabajo sobre la necesidad de una psicología a-normal. Lo normativo, en efecto, es sólo una perspectiva psicológica, lo mismo que la diosa Atenea -fundadora de la normatividad- es solamente uno de los 12 dioses del Olimpo.

Hacemos memoria, también, para desentramar Mitologías, formas y maneras de hacer eslabones con lo impenetrable. Del mito surgirá el rito. Caídos los mitos, cesaron los ritos, y, como consecuencia, se romperá el equilibrio. "Descubrir esos mitos personales y los ritos que los acompañan es obligado escalón en el conocimiento de sí mismo y en la exploración de las comunidades en que vivimos" (p. 101).

Pero también la memoria es necesaria para atravesar Laberintos. El laberinto alberga la muerte en el centro vacío ocupado por el Minotauro, y la vida en los corredores subterráneos traspasados por el hilo umbilical de Ariadna. Hablar de laberintos es hablar de la propia vida: pasajes oscuros, situaciones sin salida, marañas sociales y emocionales... cada quien los suyos propios y todos algunos universales. Cualquier cosa puede ser o convertirse en un laberinto: la familia y el trabajo, el poder y el amor, las creencias y la religión. "Pero el verdadero laberinto humano son los sentimientos, las emociones que nos atrapan y nos cercan" (p.112). Por eso, la afirmación "si uno no es capaz de percatarse de un enredo emocional que corroe y erosiona por dentro, la situación trasciende y se vuelve destino" (p.111), destino fatal, devorado por el monstruo... es contundente por su fuerza. Con una observación: "el monstruo no puede vencerse desde afuera".

Por eso, los Secretos que encerramos en el laberinto "se vuelven bestias que comen gente y nos encierran ellos a nosotros" (112). El encubrimiento de un

secreto que debería ser revelado puede construir laberintos. Ante las puertas de nuestros laberintos, "las soluciones no están en pasar de largo ni en ir más lejos, sino más adentro" (p.117). Laberintos y secretos se conectan. Los secretos, como los laberintos emocionales, son peligrosos cuando se ignoran, mientras existen, y se viven como si nada pasara. La peor trampa es negar la realidad. Aquí vendrán los Sueños, muchas veces "susurro de la conciencia, una expresión de procesos psicológicos involuntarios que muestran la verdad interior y la realidad inmediata tal como es" (p.142), la que estamos viviendo, por más secreta que la queramos mantener.

Todas las reflexiones precedentes permiten "poner muchas cosas en su sitio y tener en cuenta que las distribuciones y reorganizaciones no son indelebiles ni permanentes" (p.158). Es el último tema del libro, Geografías, "interrogar y leer el espacio de nuestras vidas" (p.153). Tema importante, tratado con sugerencias maestras. "Cuando el espacio no tiene dueño se vuelve hostil y agrede como perro sin amo que acecha hambriento o persigue servil hasta conseguir una mirada. La casa donde todos son visitantes agobia a dueños y pasantes" (p.155). Atinadas referencias concretas a instituciones públicas, a los espacios de todos, al medio ambiente: "cuando no hay dueño no hay quien dé la bienvenida ni quien guarde la casa, allí tiene su génesis la destrucción del ambiente y de la naturaleza" (ibid.). Y hablando de geografía, no olvida el cuerpo, como organismo total, el "territorio íntimo cuyo mapa nos es a veces dolorosamente desconocido" (p. 163). Nuestros problemas fisiológicos, nuestros trastornos psicósomáticos... "estos problemas ilustran la totalidad de la persona humana, que no es cuerpo por un lado y alma por el otro, ni emociones ajenas a la fisiología, sino una globalidad inseparable, tal como la tierra, que es un ecosistema" (p.165).

Esto y mucho más es Una oración por todos. Una invitación del espíritu al alma peregrina. Una invitación a detenerse en el crepúsculo y conversar con los eternos huéspedes interiores que los afanes cotidianos no nos dejan ver, terminará diciéndonos la autora.

UNA NOTA FINAL

El itinerario del libro que acabamos de hacer ha dejado de lado muchas cosas. Pero hay una que no podemos soslayar, por ser voluntad expresa de lo que la autora desea compartir: el lenguaje de los mitos y de los dioses. "La importancia de regresar a los dioses mitológicos es porque son materia prima para captar mejor el equipaje de nuestra imaginación oral, la semilla que germinó en fibra para hilar el lenguaje cercano a la emoción, a la estética y a la divina versatilidad del alma humana" (p.63). También las metáforas, los símbolos y las imágenes. Ellos, nos dirá, son igualmente parte del abecedario de la emoción, de los secretos, los conflictos y los sueños precisamente por eso, porque hablan en muchos niveles. La lógica de los símbolos escapa a toda sistematización, admite muchas contradicciones y teje las tramas de nuestros mundos subjetivos. "Afirmar que vivimos en un mundo de símbolos es poco decir; más bien un mundo de símbolos vive en nosotros. Imágenes y símbolos son las consonantes del lenguaje del alma" (p.30), lenguaje que quiere leer, descifrar, acompañar, como ya hemos visto. Todo esto tiene una presencia fascinante en el texto y que no es posible recoger aquí. Un glosario, como fácil e inmediata referencia a ese lenguaje, se incluye al final del libro.

Vivimos tiempos difíciles, de desconcierto. La actual crisis de la razón hace plausible una emergencia del sentido, pues se puede tener razón y, sin embargo, no obtener sentido, lo que nos llevaría a un desecamiento cultural. Aquí, en este contexto, toda explicación procede de una implicación de fondo, toda verdad de un sentido, toda referencia de una referencia y toda liberación de una nueva religación..

Gracias, Dra. Bustamante, por habernos tenido presentes en su oración. Y que, como usted lo desea, pueda aprender griego algún día.

Roberto Zapata, Doctor en Psicología.