

CORPOESPIRITUALIDAD

I. El espíritu de los cátaros, que es el mismo de los maniqueos, que es el mismo de los sectarios, que es el mío mismo sin ir más lejos, siempre anda separando churras de merinas, y por supuesto cuerpo y alma, cuerpo bueno y alma malo, infierno y condenación. Evidentemente existe lo bueno y lo malo, pero esa manía de entender lo somático como lo inferior ya pasa de castaño oscuro. El desprecio al cuerpo se ha corregido, pero el desprecio a la sexualidad se ha mantenido; a mí cuando ciertos paniaguados me piden que hable o escriba sobre el cuerpo ya sé que me están diciendo: “Pero a la sexualidad duro y a la cabeza”. Me temo que esto sea incorregible, pues quienes pretenden superarlo pendulan oscilatoriamente hacia el extremo contrario y se dedican a bufar mientras echan un polvo. Estos días he visitado un lugar especialísimo del mar en Tijuana, al que llaman *la bufadora*, donde el agua marina entra por una oquedad de la roca costera lanzando hacia el cielo espasmos, espumas, sonidos roncros y rápidas eyaculaciones, y me vino a la memoria el trato que se le da al sexo mecánico, espasmódico y vulgar. *Sexualidad bufadora*.

Pero “la sensualidad es buena y necesaria como ‘base instintiva’; no se trata de extinguirla (al estilo estoico o maniqueo) sino de integrarla cada vez más a la totalidad de la persona y su buena intención hacia Dios. Aunque el sentido despectivo en el que usualmente se entiende “sensual” tiene su justificación, valdría sin embargo la pena tratar de revivir el sentido primordial y más original de esa palabra”¹. Para ello deberíamos recuperar los sentidos en todos los sentidos, algo que fue previsto por el difunto monje católico, Thomas Merton, cuando escribió: “El

¹ Rahner, K: *Theological Dictionary* (NY: Herder and Herder, 1965), p. 432.

primer paso en la vida interior, hoy en día, no es, como tal vez supongan algunos, aprender a *no* ver ni saborear ni oír ni sentir cosas. Al contrario, lo que tenemos que hacer es empezar a desaprender nuestras maneras erradas de ver, saborear, sentir, etcétera, adquiriendo algunas de las correctas².

II. Nuestros cuerpos no mienten tan fácilmente como lo hacen nuestras teologías. Cuando nos conmovemos, somos en verdad movidos corporalmente, química y eléctricamente. Nuestros cuerpos se aceleran, se calientan, se desaceleran, se relajan, y ahondan en nuestro tejido epitelial hasta producirnos piel de gallina. Ninguna persona que haya sido vulnerable a la piel de gallina, que se haya dejado adueñar por ella, puede seguir creyendo en la violencia que separa el espíritu del cuerpo, a la espiritualidad de la sensualidad.

Pero aquí está el problema: si en realidad existen personas y grupos de personas, en nuestra cultura y en sus instituciones (inclusive en las religiosas), inmunes a toda emoción y, por ende, al éxtasis, ahí se encuentra la explicación de muchas de las violencias en nuestra cultura, y en sus instituciones. Reprimir nuestra sensibilidad a las maravillas de la creación es matar nuestra capacidad de experimentar lo divino. Y esta condición de torpeza espiritual, a su vez, lleva a la acedia, al aburrimiento espiritual - condición normal de la mayoría de nosotros en nuestra cultura: “La mayoría de nosotros al dejar atrás la niñez, ya hemos reprimido la visión de las maravillas primordiales de la creación... La represión ayuda decididamente a vivir en un mundo abrumadoramente milagroso e incomprensible, un mundo tan lleno de hermosura, majestad, y terror, que, si los animales lo percibieran todo, quedarían paralizados para actuar”³.

Ashley Montagu escribe que “el estímulo táctil cariñoso es claramente una necesidad primaria, una necesidad que debe ser

² Merton, T: *No Man is an Island*. Doubleday Image, NY: 1967, p. 99.

³ Becker, E: *The Denial of Death*. The Free Press, NY 1973, p. 50.

satisfecha si el niño ha de desarrollarse como ser humano sano”⁴. La sensualidad no significa exclusivamente sexo, como suponen tantas personas miedosas. En realidad Montagu sugiere que la preocupación por el sexo, que de hecho ha encogido tanto el significado de “sensualidad” para nosotros los occidentales, es en sí una señal del miedo a la vida personal y comunitaria que nos está matando a todos.

Los bebés pueden vivir más tiempo sin comida que sin ser tocados. Sin embargo, “la cultura norteamericana es considerada como una cultura que carece del sentido del tacto”⁵. Erik Erikson asegura que “cualquier hombre que piense o sienta demasiado les parece ‘maricón’. Esta aversión al sentimiento y al pensamiento deriva de una temprana desconfianza por la sexualidad”⁶. Desde luego “es altamente probable que la actividad sexual y la frenética preocupación por el sexo que caracterizan a la cultura occidental, no sean para nada, en muchos casos, expresión de un instinto sexual verdadero, sino que disfracen la búsqueda de maneras de satisfacer la necesidad de contacto físico”⁷.

III. Hemos sucumbido a la *asensualidad* y por ende nos hemos quedado en la *hipersexualidad*. En la misma corriente, W. H. Auden advierte a los norteamericanos que “el gran vicio de América no es el materialismo sino la falta de respeto para la materia”. Esta falta de respeto para la materia, tan generalizada en el mundo entero, crea un vacío en nuestro centro que tratamos de llenar con bienes de consumo, pero en vano. Porque fuimos creados para amar bien a la materia, no para ignorarla. Irónicamente, ignorándola nos convertimos en víctimas de la materia distorsionada, la cual es la “vida de lujo”, con su correspondiente avaricia, que es el consumismo.

⁴ Montagu, A: *Touching*. Perennial Library, NY, 1972, p. 184.

⁵ *Ibi*, p. 169.

⁶ Erikson, E: *Childhood and Society*. Norton, NY, 1963, p. 319.

⁷ *Ibi*, p. 192.

Los estudios sobre la violencia, y especialmente sobre la violencia y los medios, revelan el estado patético de la América aburrida (y de su pedíseca Europa envilecida) en la cual nuestra diversión tiene que ser a costa de los demás, también a costa de los cuerpos de los demás. En ninguna otra parte resulta tan evidente nuestra sensualidad desplazada como en la violencia de los programas de crimen, las caricaturas y el fútbol profesional, que observamos hipnotizados mientras obedecemos los comerciales que los acompañan y tragamos comida sucedánea, bebidas tóxicas y en general automóviles a toda costa, desodorantes, y detergentes cada vez más fuertes. Así las cosas, o aprenderemos a disfrutar de la tierra y de sus dones sencillos y sensuales, o prolongaremos nuestros placeres perversos en el sufrimiento mutuo que nos infligimos.

Del mismo modo, malgastar y abusar de la sexualidad constituye una manera muy cruel y despilfarradora de privarnos de hermosas experiencias extáticas. Es como si prefiriéramos controlar nuestros éxtasis a disfrutarlos: “Se gana poder sobre la sexualidad precisamente por medio de su expresión desenfrenada. Así el sexo se convierte en una herramienta como la rueda, la palanca o la azuela del cavernícola. El sexo como máquina, la *Máquina Última*”, comenta el psiquiatra estadounidense Rollo May⁸. El respeto que requiere la sexualidad para mantener su carácter extático parece cada día más raro en nuestra cultura: “El placer físico es una experiencia sensual que no difiere de la visión pura, o de la sensación pura de una fruta sabrosa llenando la lengua; es una gran experiencia sin fin que se nos da; un conocimiento del mundo, con la plenitud y la gloria de todo saber. Y lo malo no es aceptarlo; lo malo es que mucha gente abusa o derrocha esta experiencia, utilizándola como estimulante contra el

⁸ May, R: “What is Our Problem?” *Review of Existential Psychology and Psychiatry*, III (May, 1963), p. 1.

aburrimento de sus vidas y como distracción, en vez de un llamado hacia momentos exaltados”⁹.

IV. Ser *espiritual* es ser extremista -así como lo es Dios- pero no se trata de ser extremistas desequilibrados. Más bien, se trata de estirarse en muchas direcciones a la vez, como lo hace Dios. Como observó Pascal: “Un hombre no revela su grandeza morando en un extremo, sino tocando los dos extremos al mismo tiempo”. En realidad, un extremismo fanático es otro tipo de espiritualidad, porque es hecho por el hombre y controlado por el hombre. Pero el extremismo divino siempre es de tipo receptivo. Uno tiene que permanecer fiel a la muy arraigada fe en que la vida es un don del cual somos receptores. El estirar de nuestros corazones, almas, y cuerpos que se nos requiere en la experiencia divina es un estirar divino. Si no se estiran nuestras almas, ¿cómo entrará Dios para vivir allí? Estamos envueltos en un culturismo físico, un entrenamiento espiritual, con calambres y dolores y racionalizaciones para abandonarlo, tal y como vienen con cualquier esfuerzo desafiante. Y la racionalización más fatal de todas es la seguridad.

Vinculado al espiritualismo está la glorificación (o la denostación) del celibato. Descontando la opción célibe perversa, la cual es una huida del éxtasis, de la sensualidad, y del mundo ¿queda todavía algo no-neurótico y de hecho creativo, en cuanto a una decisión voluntaria de ser célibe? Seguramente puede haber. Porque un célibe, por negarse a concentrar las energías libidinosas en la actividad genital en sí, emprende una búsqueda de salidas alternativas para las energías sensuales humanas. Un verdadero célibe es un soñador, un soñador de formas alternativas de

⁹ Rilke, R. M: *Letters to a Young Poet*, (New York: Random House, 1984) p. 36.

sensualidad que explora formas alternativas de sublimación en un estilo de vida no-genital. Ser un célibe sensual, y profético a la vez, es, al menos, una posibilidad, y posiblemente una señal de esperanza para los demás.

Carlos Díaz

CONOCER AMANDO, AMAR CONOCIENDO

Hay cosas, desde luego, que objetivamente la ciencia no admite, así por ejemplo el teorema de Pitágoras no admite una sobadita, ni la mecánica del automóvil mejorará dándole besitos al motor; incluso a los cerdos se les puede matar a besos cuando nos enamoramos de su rabo. Otra cosa muy distinta es que el porquero pueda hacer lo mismo que Antonio Machín con sus maracas: el cantante cubano pudo pintar con amor angelitos negros sin despreciar su color, y el porquero de mi pueblo, Canalejas del Arroyo, cuidar amorosamente a los íncolas de su cochiquero, premiando su engorde con piensos compuestos (algo en última determinación no tan lejano del cartesiano *pienso*, luego *existo*).

Ahora bien, somos legión los que a la altura de las informaciones suministradas por la neurociencia sabemos al menos que nuestro cerebro, y por tanto el cuerpo entero que recibe su energía a través del sistema nervioso, está preparado para recibir estímulos calientes y fríos, parecido a la ducha que dispone para tales efectos de dos mandos o llaves, consistiendo la habilidad de la persona cerebrada en conjugar sus correspondientes chorros hasta alcanzar una temperatura templada. Por volver a la imagen platónica, e incluso freudiana, el caballo negro berrinchudo y encorajinado puede ser frenado por el caballo blanco bien temperado y capaz de ser embridado sin

espantos. El propio Alejandro Magno domó a su cuadrúpedo, que se espantaba ante las sombras arrojadas por el sol, poniéndolo frente a él. El arte, en fin, del calígrafo chino está en su muñeca.

La razón cálida viene a ser lo mismo: muñeca y tacto. A mí me gusta decir que todo está en la cintura (el pobre corazón sufre demasiado): en la cintura la flexibilidad, la empatía, el venga usted cerca vaya usted lejos. Siempre me gustaron aquellos *hulla-hoops* de mi época que movían con maestría y belleza las damas de todas las edades, devolviéndoles por virtud de su delicada agitación su misma virginidad, es decir, revalidando de tal guisa, como las matronas griegas en el río Canuto, su virginalidad (que es mucho más que la fáctica virginidad) incluso cuando ya la hubieran perdido o maltratado hacía tiempo. Viniendo más a lo concreto, la razón cálida no sale automáticamente y a chorros de los grifos de nuestro sistema nervioso, antes al contrario hay que amansarla, adecuarla, atemperarla, es decir, darle su tiempo. Ni es para derribar a nadie con la manguera represiva de la policía, ni para pelar pollos con ella escaldando a la gente, ni para guardarla en el frigorífico con la hostilidad de la indiferencia. La razón cálida para quien la trabaja. Pisar el acelerador y el freno a un mismo tiempo lleva a derrapar, a desconducir y a fracasar

Razón cálida, por tanto, no es hinchazón de las meninges, obnubilación del cerebro, calentón, cegazón, liarse la manta a la cabeza y arrear palos a cuanto queda alrededor, ya sea inmóvil, semoviente o moviente. Todos tenemos la experiencia de que la cortesía y la delicadeza abren puertas que la patada destemplada cierra. Una de las cosas más irritantes al respecto me parece ser la rigidez, sobre todo cuando los estereotipados escocidos la enarbolan como banderín de enganche de la autenticidad: “Mire usted, yo soy así y a mí nadie me va a cambiar, y menos usted, se ponga usted como se ponga”. Fin de la interacción, tú a lo tuyo, yo a lo mío y, entre tus átomos en movimiento y los míos, que corra el vacío del aire. Especialmente patético por supuesto, militar por supuesto, el rictus mohíno que lo acompaña.

Pero qué difícil es mantener la distancia adecuada, ni demasiado cerca ni demasiado lejos del otro, pues si lo primero entonces agobio, y si lo segundo entonces abandono. Como terapeuta en ciernes confieso que mi peligro (también lesivo si me descuido más de la cuenta) es desgraciadamente el contrario, el de ofrecer el resplandor que tengo, e incluso el que no tengo, para emocionadamente ponerme en la ajena piel –en su piel, y no en sus zapatos, como suele decirse-, a fin de trasfundir mi ánimo y hasta mi ánima sin suplantar el suyo o la suya. Aquí estoy, voy a entristecerme con tu tristeza y voy a alegrarme con tu alegría. ¡Tantas veces he sentido la experiencia del encuentro, es decir, de ese *desinterés* que humanamente nos *inter-esa*, de aquello que nos une (el *inter*: entre) haciéndonos ser (*esse*), tantas veces he comprobado en mí mismo el encuentro dialógico de que nos habla el maestro Martin Buber, tantas veces he ratificado que las palabras primordiales no son por separado el “yo” y el “tú”, sino pares de palabras “yo-tú”, tanta veces he sentido la tristeza del yo contra ti o sin ti, del “tú contra mí” o “tú sin mí-”, y por el contrario el gozo del “yo contigo” y del “tú conmigo”!

Dicho esto, con la relación intrapersonal, y desde luego con la interpersonal, hay que tener sumo cuidado. Cuando la *transferencia* de afecto entre terapeuta y sufriente trasgrede los límites de la línea roja, entonces ¡alerta, no es el buen camino! En no pocas ocasiones el mal viene de un contagio emocional que crea dependencia, contradependencia, o ambas dependencias a un mismo tiempo. Hoy se habla de los efectos perniciosos de la codependencia, aunque a veces se hable de ella para evitar el “riesgo” de una relación que exige mucho entrambamiento y mucho cuidado del otro a fin de elevar la cercanía y de acercar la elevación recíproca. Gracias a Dios, nunca mejor dicho, sabemos que el amor no se jacta, no se engríe, no esclaviza, no guarda rencor... si en verdad es lo que dice ser, puro amor, o sea, benevolencia para con el otro y con uno mismo y compasión para con los fallos de ambos. Recíprocamente.

Por lo demás, lo que acabamos de recordar vale para cualquier relación, no solamente para la terapéutica. Generalmente, en el dulce vaivén de las olas, incluso en su crespito fragor, el profesor pretende convertirse en arquetipo, la mamá en insustituible, el confesor en director del espíritu, *et ita porro*, sin saber poner las cosas en su sitio, que no es sino el sitio de la comunión sin confusión. De todas maneras, no puede evitarse tan fácilmente la “prolepsis de yo”, que como he explicado en otros lugares consiste lisa y llanamente en presentarse ante el otro con nuestra mejor cara, algo singularmente necesario pero a veces innecesariamente estereotipado en esa sonrisa de hiena que se le queda al hipócrita cuando mantiene la imagen meliorativa de sí mismo con la cual pretende ser aceptado y se obstina en mantenerla porque se siente mal si no complace siempre y bien a los demás, incluso a costa de su propia identidad. Eso ya no es razón cálida, es la fría sonrisa de la hiena, que tanto miedo produce a todos, excepto quizá a las propias hienas.

Estoy hablando de amor en general, no solamente de amor de pareja o esponsal, estoy hablando con Rof Carballo de *eros diatrófico*, es decir, nutritivo en todas y cada una de sus dimensiones. Esto quiere decir que no debo apretar demasiado a un bebé contra mi pecho porque podría quitarle la vida ahogando su respiración. Pero tampoco saludar a la gente al modo como los tecnodependientes, que lanzan compulsivamente mensajes a distancia porque en presencia no se atreven tan siquiera a mirar a los ojos del otro. Cenar en el restaurante juntos por separado, no sé qué harán en la cama, mucho me temo que por la noche no sean capaces de salir de esa inercia por la mañana.

Con el amor no se juega, ay canastos, que es peor, pero el amor cuando llega es, ay canastos, lo mejor. La razón cálida es la que abre el sendero para el acompañamiento, la cercanía, la amistad, los enamoramientos y el amor. Nada le está vedado, excepto el cerrarse a ello. Es el miedo al abrazo sin fusión ni dilución, el pavoroso “mi yo, mi yo, que me roban mi yo”, la

angustia ante la vida, la que nos obliga a ponernos la venda antes de recibir la pedrada, o también -por el contrario- a caminar por la vida como si fuésemos Alicia en el país de las maravillas, en definitiva a no poder desprenderse del ejército de guachimanes propios y ajenos que supuestamente velan por nuestra seguridad. Y contra el espesor comunicativo de todas esas barreras no cabe otro fármaco, en el sentido griego del término, que el de la lucidez y la responsabilidad, en definitiva el de la verdad, porque no se entra a la verdad sino por el amor.

Desgraciadamente no es eso lo que suele entenderse hoy como “inteligencia emocional”, algo excelentemente servido como plato principal entre los selectos manjares del narcisismo; no sólo –rectifiquemos- como plato principal, sino como plato único en los gimnasios donde supuestamente se alcanzan los cánones anoréxicos predeterminados por los *bellólogos* y *bellotólogos* de la nutrición y los concursos televisivos políticamente correctos pensados también por los del gorro blanco y alargado, debajo de los cuales se da gato por liebre a precios de caviar. Pero calma, Carlitos, modérate, haz acopio de la razón cálida de que presumes tanto, pues si sigues por estos berenjenales (es decir, por la senda de las berenjenas), témete mucho que el poco predicamento hasta aquí ganado a favor de la razón cálida se torne en tu contra para acabar, conforme a la inevitable “cultura culinaria”, en la misma olla tórrida, la cual se ha reconvertido en la matriz ideológica de nuestros días. Los abuelos al frigorífico, los triperos al tostadero, tal es el frenesí y la urticación de nuestros días. En México siempre es lo mismo cuando llegas al restaurante: “¿Cómo lo prefiere usted, poco cocido, término medio o muy cocido?”. Mi experiencia me dice que pidas lo que pidas te va a dar igual, pues en esto de las carnes todo se ha vuelto término medio, a veces incluso más cocida que la suela del zapato de la película de Charles Chaplín. Entonces, por inmadura reacción emocional, me dan ganas de decir: “¡El bistec sangrando, por favor, no sea malito!”.

El otro grifo, el de la inteligencia que debería estar presente en la así llamada *inteligencia emocional*, todavía no entra en la dieta mediterránea, tan demasiado poco griega en nuestros días, y tan demasiado mucho fenicia. Y claro, luego pasa lo que pasa, que se vota a Donald Trump, el cual pájaro (también cuyo pájaro) anda siempre con la bragueta abierta, como los gigantones de las fiestas de algunos pueblos, pues es esa sus única entendedera. Esa bragueta la he visto estos días –porosa pese a todo- en la gigantesca valla que separa y que aún separará más a los Estados Unidos de Norteamérica de los Estados Unidos de México. Lo cual no impide en este país surrealista y sin embargo por mí tan amado desde mi propio surrealismo, que en este último país hayan abolido hace unos pocos meses el nombre de “Estados Unidos *de México*”, para facilitar el abrazo termocéfálico de ambos “Estados Unidos”: ahora todos unidos por nuestra sentiente ¿inteligencia?, pelillos a la mar. Y cuando digo “todos somos ahora uno” es porque también El Reino Unido es Donald Trump, y Rajoy es Donal Trump, y Canalejas del Arroyo, tu pueblo y el mío, todos nosotros genes trumposos o tramposos.

Carlos Díaz