

ANSELM GRÜN

LA MITAD DE
LA VIDA
COMO TAREA
ESPIRITUAL

La crisis de los 40-50 años

Anselm Grün, O.S.B.

**La mitad de la vida
como tarea espiritual
La crisis de los 40-50 años**

Prólogo de Carlos Castro Cubells

TERCERA EDICION

NARCEA, S.A. DE EDICIONES

Primera edición, 1988
Segunda edición, 1989
Tercera edición, 1990

Indice

	<u>Págs.</u>
PROLOGO DE LA EDICION ESPAÑOLA Carlos Castro Cubells	7
Como introducción	27
LA SUPERACION DE LA MITAD DE LA VIDA EN JOHANNES TAULER	33
Un giro en la vida	35
1. La crisis	39
2. La huida	43
3. Inhibición	49
4. Conocerse a sí mismo	57
5. Serenidad	65
6. El nacimiento de Dios	73
EL PROBLEMA DE LA MITAD DE LA VI- DA EN C. G. JUNG	77
Un enfoque psicológico	79
1. El proceso de la individuación ...	83
2. Problemas de la mitad de la vida	87

© NARCEA, S. A. de EDICIONES
Dr. Federico Rubio y Galí, 9. 28039 Madrid

© Vier Türme Verlag. Münsterschwarzach
Título original: *Lebensmitte als geistliche Aufgabe*

Traducción: Carlos Castro Cubells
ISBN: 84-277-0804-1
Depósito legal: M. 37.780-1990
Impreso en España. Printed in Spain
Impreso en Lavel. Los Llanos, nave 6. Humanes (Madrid)

Prólogo de la edición española

Carlos Castro Cubells

Imaginémonos la escena: En un monasterio benedictino situado en la Franconia, entre Würzburg y Bamberg y que se levanta en el pueblo de Müstterschwarzach, nombre de no fácil pronunciación para los principiantes en alemán, había por los años de 1968 y siguientes una magnífica promoción de monjes cargados de promesas y esperanzas.

Hasta allí, hasta el rincón monacal apacible llegaban las noticias del mayo francés y posteriormente la de la invasión de Checoslovaquia. Los casi doscientos monjes no interrumpieron su horario en el que se alternaba rítmicamente la oración y el trabajo.

Ya se percibían entonces los primeros síntomas

de una crisis, de una interrogación y se esperaba también una respuesta de nuevas actitudes. El monasterio se ampliaba con nuevas dependencias y su palpar misionero, pues este monasterio es misionero y con fundaciones lejanas en África, América, etc... tampoco disminuía.

Vinieron después años en que bastantes monjes dejaron el lugar protector e incitante tras haber permanecido en él durante el tiempo de su primera y segunda juventud. Y de entre aquel grupo prometedor que llamaba la atención al final de los años sesenta hubo unos monjes que fueron ocupando los puestos de más responsabilidad en el monasterio. De entre aquellos que eran esperanza salió el que iba a ser Padre Hospedero, cargo benedictino si lo hay. También se perfilaron los animadores y creadores del canto, las figuras de estudio y las personalidades especialmente orantes, alguno conocido hoy en casi todo el mundo. De entre ellos, por fin, habría de salir el actual Abad.

¿Cuál es la escena, dentro de este contexto que nos hemos de imaginar? La del encuentro de estos monjes ante un hecho grave como el que estaban presenciando: la salida sucesiva de numerosos hermanos que por su cantidad y por su gran valor hacían esta ruptura especialmente dolorosa. Y en el encuentro surge la pregunta: ¿Qué pasa al llegar a cierta edad? Y empiezan a desfilar las hipó-

tesis, las conjeturas amasadas por una noble inquietud de buscar la verdad y la razón de una vida que es la monacal.

Y aquí algo muy interesante y que es lo que ha hecho que estas páginas se escribieran, que estas páginas se tradujeran y que desde lejos y desde cerca se perciba que aquellos «diálogos de benedictinos» planteen una cuestión que rebasa con mucho la vida de un monasterio y el caso particular de unas vocaciones interrumpidas. Aquellos monjes se plantean ni más ni menos la pregunta de la vida y de su continuidad, de su sentido y de su drama. Y... quizá sin darse cuenta aportan con su reflexión una ayuda brillante y profunda a todo aquél, sea cual sea su situación vital, que quiera tener más constancia de este quehacer que se llama vivir.

Las páginas que siguen son la reflexión que unos monjes han hecho sobre la vida y, por tanto, han de leerse haciendo que cada uno que a ellas se acerque realice su propia reflexión sobre su propia vida. Por ello la lectura que se ofrece aquí es una invitación y un material para el autoanálisis. No se trata pues ni de una lectura de distracción ni de información sino de radical confrontación.

Aunque breves son «trabajosas» y no porque sean difíciles sino porque son sugestivas y piden

un diálogo interior de extrema sinceridad. El lector ha de poner su propia vida sobre las páginas que tiene delante y rellenar con sus casos, circunstancias y experiencias las alusiones que va encontrando.

Se debe comenzar por hacer consciente el hecho de que la vida, mi vida, la de cada cual es una sucesión de nacimientos y muertes, o si se quiere suavizar, de transformaciones. Y cada momento de mi vida tiene la misma realidad y la misma exigencia de aceptación.

Esta simple verdad no aparece normalmente con fuerza y urgencia conmovedoras. El discurrir de los días y de los años va creando lentamente las nuevas situaciones y las transformaciones son apenas registradas. Así el niño va creciendo y no se da cuenta (ni él ni los demás) que se «hace mayor» por la sencilla razón de que un niño no «se hace mayor» sino que «está-haciéndose-mayor» lentamente. Pero llega un momento en que ese proceso lento se declara en explosiva manifestación. Igualmente podría decirse de cualquier otra etapa de la vida.

Cuando surge la notoriedad del cambio —que tampoco es instantánea— aparece un claroscuro incierto y prometedor que produce una situación intermedia azorante. Es lo que llamamos «crisis».

Crisis de la adolescencia, crisis juvenil, crisis de entrada en la edad adulta, crisis de *la mitad de la vida*, crisis de la vejez y última crisis.

Los autores de estas páginas se han fijado en el tránsito o crisis de la mitad de la vida, es decir, de la peculiar situación que se da en la época que acaba la firmeza de lo adquirido y logrado hasta los cuarenta años (las cifras deben ser consideradas con bastante flexibilidad) y comienza otra etapa con perspectivas y posibilidades diferentes.

Que esta crisis es crucial no hace falta argumentarlo. Se trata del paso de la autoafirmación y espera en las propias fuerzas a la «aceptación» y nacimiento de la esperanza que consiste en confiar no ya en las propias fuerzas, sino en fuerzas no propias. Aquí aquella famosa distinción entre espera y esperanza tiene una máxima vigencia. El alemán no confunde nunca estas dos situaciones porque para cada una de ellas tiene palabra distinta. No es lo mismo «Warten» que «Hoffnen», como en francés no es lo mismo «attente» y «espoir». En español nos hemos de ceñir a la «espera» y la «esperanza».

La crisis de la mitad de la vida es la coyuntura de la esperanza y esto representa una «apretura», una conmoción y una perplejidad que puede llegar a la angustia. El tema es apasionante y nos afec-

ta a todos de manera insoslayable. Es una situación límite de nuestra existencia.

Pero hay más y por eso esta reflexión se transciende a sí misma y le da una validez más amplia. Toda situación límite de la vida humana consiste en lo mismo: el paso de la espera a la esperanza. Por ello la lectura de estas páginas es útil, imprescindible para todo aquél, esté en la edad que esté, que se enfrenta con una situación límite. Quizá pudiera decirse que esta crisis es el modelo de toda crisis vital, de todo cambio, de toda muerte-renacimiento.

Deténgamonos, pues, en esta «mitad de la vida» y luego veremos lo que nos enseña para *afrentar cualquier coyuntura decisiva*.

Si ejercemos la observación-reflexión nos damos cuenta de que lo primero que se nos presenta son unos datos que convertimos en síntomas con los que podemos elaborar un diagnóstico. Y el diagnóstico nos demanda urgente y perentoriamente una terapia. Esto dicho así y que parece perogrullo tiene unos supuestos que son los que el lector ha de tener presentes para convertir la lectura en trabajo y creación personales.

La mitad de la vida es un trance tremebundo e impreparado. Es un trance en el que si no se hu-

quiera descubierto el inconsciente sería la ocasión para descubrirlo, porque en él opera este inconsciente de manera extraordinaria. Es una lucha con las fuerzas ocultas que estando presentes y actuantes no han sido registradas debidamente. Y esto le pasa a todo el mundo aunque no lo sepa.

Durante la primera mitad de la vida todo el mundo sabe que «la gente se muere». Lo sabe por el común asentimiento, por las noticias diarias y por los huecos que quedan a su alrededor. También sabe que a partir de cierta edad no podrá hacer muchas cosas que ahora hace y por ello tiene que aprovechar el tiempo y labrarse un porvenir, adquirir unas potencias, ejercitarse en unas virtudes o valores.

Pero todavía no «sabe» que él se va a morir, que él no podrá realizar una serie de cosas que ahora hace. Tiene de la muerte y de la limitación un concepto, pero no una vivencia directa. Tiene cerca la vivencia de asistir a la muerte de otros, a la limitación de otros a la jubilación de otros.

En un momento dado, la mitad de la vida, pasa a tener al menos los barruntos de su propia limitación y la vivencia de su caducidad, de su temporalidad. Hasta entonces ha estado en el tiempo. De ahora en adelante se siente temporal. Y esta nueva vivencia le coloca en situación azorante.

Para esta nueva situación a la que se llega por el simple paso del tiempo no hay resortes pedagógicos ni escuelas o universidades si se exceptúan los medios de salvación que ofrecen las religiones. Esto lo afirma con toda radicalidad el psicólogo Jung sin el menor afán apologético.

La mitad de la vida es, pues, la gran coyuntura de llamada religiosa incluso en el caso de que ya se «viva» en una religión determinada. Porque esa religión vivida hasta el momento de la crisis que nos ocupa está normalmente todavía apoyada en la esperanza de lo que nos pueden dar las propias fuerzas por mucho que se afirme que «todo es gracia y donación». Salvo casos excepcionales la religión es vivida y practicada muy juvenilmente (como *principiantes dirían los maestros espirituales*) y se hace necesaria lo que se ha llamado con todo acierto la «segunda conversión».

No hay que decir aquí que esa religión juvenil es buena y auténtica. No hay que invalidar lo realizado en ese primer modo de ejercitar la fe. Pero ha llegado la hora de perfeccionar lo hecho o de transfigurarlo de acuerdo con la nueva situación real biográfica. Así llegamos a una conjunción verdaderamente creativa de lo religioso y de lo psicológico. Y esto es lo que hacen las páginas que siguen.

Desde el plano psicológico la mitad de la vida pide una madurez que conduce a la salud, desde el plano religioso la mitad de la vida pide una purificación y una profundización que conduce a un nuevo estadio espiritual.

Por eso ha sido un acierto magnífico el que unos monjes benedictinos alemanes se hayan puesto a reflexionar desde el drama de sus vidas sobre un místico, Tauler, y sobre un psicólogo, Jung. Es tal el acierto de la elección y conjunción de estas dos figuras que me atrevo a advertir al lector que puede leer una parte o la otra del presente trabajo indistintamente, primero la una o primero la otra. Pero en ningún caso ha de olvidar el lector poner en juego su propia vida durante la lectura. Quiero decir que ejerza verdaderamente su función de lector que es entrar en diálogo con quien escribe. En este caso con Tauler, con Jung y con sus reflexivos comentaristas.

Pero antes de dejar la palabra a estas sugestivas reflexiones-aviso me permito poner unas notas que no son sólo «de traductor» sino de quien ha pasado varias conyunturas de «crisis» y mitad de la vida cobijado (in der Geborgenheit) y amparado por claustros benedictinos alemanes.

Fue en el monasterio de Niederaltaich, al borde

del Danubio, donde tuve un contacto profundo con Tauler. El padre Emmanuel Jungcaussen estaba ocupado con «el descubrimiento del mundo interior según Tauler» (Entdeckung der inneren Welt nach Tauler). No había aparecido aún su libro «Der Meister in dir», pero ya lo había entregado a la imprenta. En las meditaciones y conversaciones con él surgieron las preguntas que después habría de leer desde lejos. Era el año 1975.

«¿Quién era Johannes Tauler?», «¿Por qué leemos de nuevo a Tauler?», «¿Cómo entendemos hoy a Johannes Tauler?». Estas preguntas centran la figura de Tauler para los que no le conozcan o lo conozcan poco. Porque Tauler ha sido un redescubrimiento en nuestros días.

Tauler fue un dominico nacido hacia 1300 y muerto el 16 de junio de 1361. Aunque su centro conventual fue Estrasburgo no dejó de recorrer distintos monasterios de la región renana donde, como en Estrasburgo, ejercía su vocación de padre predicador. Discípulo de Eckart pertenece al movimiento místico del centro y norte de Europa y está emparentado espiritualmente con Suso y Ruysbroco. Su obra no es sistemática sino que va exponiendo su experiencia y su doctrina a lo largo de sus sermones. La traducción de sus sermones al latín tuvieron influencia en toda Europa y llegaron a España tiempo después. Tauler es, al usar la len-

gua vernácula, uno de los constructores del idioma alemán.

La gran tarea del cristianismo es llegar a tocar «el fondo del alma» donde por la fidelidad se alcanza «el nacimiento de Dios» en ella. Desde este fondo se percibe al maestro interior y la vida queda transfigurada. Por eso nos preguntamos también por qué leemos hoy de nuevo a Tauler. Y es que el movimiento meditativo contemporáneo ha encontrado en él un maestro. Se trata del movimiento que ha vuelto a descubrir la profundidad de la mística cristiana occidental que había sido olvidada en gran parte, aunque nunca desapareció su influencia. La mística alemana y su revalorización actual merecen una especial atención que intentaremos reflejar en subsiguientes traducciones de las cuales este librito es la primera prueba.

Cuando como en nuestros días se vuelve al «camino interior», a la profundización hasta el «fondo del ser», Tauler es una referencia como lo es Juan de la Cruz en el que, sin duda alguna influyó a través de las traducciones latinas.

«En primer término — escribe el Padre Emmanuel Jungclaussen — debemos afirmar que de los grandes místicos alemanes ninguno ha sido tan leído y ha tenido tanta influencia como Johannes Tauler, si

exceptuamos el *Librito de la eterna sabiduría* de Suso».

Como hemos dicho, su traducción (la de Laurentius Surius de 1548) llegó a España y fue leída por Juan de la Cruz. También influyó en el ámbito protestante «comenzando por Lutero y llegando al místico Gerhard Tersteegen (1697-1769). Tauler fue «redescubierto» en el siglo XIX y precisamente por protestantes. Esto le da un sentido ecuménico a su lectura actual. Y es que el verdadero punto de encuentro ecuménico dentro de los cristianos y en el diálogo de las religiones en general es la experiencia mística.

Las fuentes en que bebió Tauler como es Dionisio Aeropagita le ponen en la onda que puede establecer el puente con el lejano oriente. Sus expresiones, actitudes y pedagogía sobre la experiencia del «fondo del alma» colocan a Tauler en sintonía con experiencias extracristianas de la India o de los maestros Zen del budismo japonés.

El entusiasmo meditativo de hoy que ha vuelto a abrir las puertas de la interioridad superando excesivos intelectualismos, encuentra en Tauler un maestro de primera fila. Descender hasta el fondo del ser y tener así una experiencia única que, por otro lado, es una experiencia que se ha tenido en

todos los tiempos y religiones, es una de las grandes perspectivas de nuestro tiempo.

Descubrir el mundo interior es la gran tarea que, especialmente en la juventud, se barrunta e intuye. Cuando una época, final de una era grande, se debate entre amenazas del sinsentido, de la marginación, de las enormes desigualdades continentales, del aburrimiento en los países prósperos, de la vida infrahumana en los países pobres, del abandono de los ancianos, de las ansias de placer y de la falta de entereza ante las cuestiones fundamentales... entonces vuelven a resonar en el hombre las llamadas olvidadas y de entre todas la cuestión última del fondo del ser.

La situación del hombre actual tantas veces denunciada tiene solamente una salida también milenariamente proclamada. Si es verdad, como se ha dicho, que a pesar de toda la técnica y de todo el racionalismo vigentes, el invierno seguirá siendo invierno y el arquetipo de la noche seguirá conmoviendo la intimidad del hombre, la última verdad es que a través de ese mundo tan alejado del ser se comienza a percibir la nostalgia y el intento de llegar a ese «hombre interior» tan disfrazado y degradado por innumerables «distracciones».

La rebeldía o el escepticismo de la juventud, sus desviaciones y su no aceptación tienen unas cau-

sas más profundas de lo que los «conservadores» y dogmáticos creen. Lo que sucede es que los educadores, terapeutas, directores espirituales y desde luego los hombres dirigentes no están preparados para los problemas que se les plantean. De ahí las catastróficas consecuencias del paro juvenil, de la droga y de la delincuencia. Y ante estos hechos son insuficientes los parches tradicionales y las «llamadas al orden». No basta con tratar de ofrecer cauces para tener o para saber, sino que es preciso el camino para enseñar lo que ha de ser.

Hay otra sabiduría distinta de la del logro, de la técnica y de la competitividad. Es la del «hombre interior» que sabe afrontar todas las situaciones con entereza cabal. Ninguna técnica, ninguna razón pueden ayudar ante las situaciones límites, las estrictas e ineludiblemente humanas como son el paso del tiempo, el dolor patológico, la soledad y la muerte. En un mundo como el llamado «desarrollado» todo está resuelto menos lo esencial: la realidad de la vida en cuanto tal.

Tauler, para esto, es un guía actual porque nos enseña a descubrir la interioridad salvadora, el Maestro interior que está en el «fondo del alma», y que según su fe cristiana es el Espíritu que desencadena el «nacimiento de Dios» en ti.

Por eso leemos hoy de nuevo a Tauler y vemos en él una de las grandes llamadas para la recuperación del hombre total, orientado en el ser en paralelo con los grandes videntes de todos los tiempos y culturas. Le vemos, en este caso en las páginas siguientes, como el orientador en la crisis tan humana, tan universal e insoslayable como es la de la mitad de la vida. Un hombre en la mitad de su vida no es «consolidado» por éstos o los otros recursos de tipo inmediato o evasivo. Es salvado por un encuentro. El encuentro a que invita Tauler.

Si Tauler es el motivo de reflexión de la primera parte, la segunda tiene como objeto reflexionar (y resumir sobre) lo que C. G. Jung ha expuesto tocante a la «segunda mitad de la vida» y la crisis que la abre.

Las coincidencias —verdaderamente llamativas— con Tauler las debe percibir y meditar por su propia cuenta el lector. Esto le llevará a comprender qué es la intersección del punto de vista psicológico y del religioso.

Aquí importa tan solo hacer una pequeñísima presentación de C. G. Jung. ¿Quién es Jung y por qué lo leemos hoy? podría ser la paralela pregunta.

En primer lugar, Jung es un hombre del hoy re-

ciente (1875-1961) y psiquiatra de profesión que nos ha dejado una extensa obra escrita amén de su trabajo ejercido como médico. Por ello no ofrece las dificultades de los textos medievales de Tauler.

En segundo lugar, Jung habla desde la psicología estricta y no como teólogo ni como creyente de determinada confesión, pero sí desde su experiencia personal del misterio. El misterio se le ha hecho experiencia y, por caminos diversos al del creyente estricto, analiza el proceso religioso.

Jung es un psicólogo que acentúa hasta el extremo lo que es la experiencia de lo interno. Un texto suyo a propósito de la proyectada redacción de su autobiografía, dice: «El destino quiere ahora — como siempre ha querido — que, en mi vida, lo externo sea accidental, y sólo lo interno rija como sustancial y determinante». Toda su obra escrita no es otra cosa — nos dice en otro lugar — sino la expresión objetivada de su experiencia interna.

Así pues, Jung, con su propia vida nos da el testimonio de la importancia del recurrir a la interioridad. ¿No es éste ya un motivo importante para leer a Jung? Dada la falta de cultivo interior que el hombre de hoy tiene (y la nostalgia que de ello se deriva) el acercarse al interior lleva consigo acercarse al ser, a lo que se es, superando la distancia o la «distracción» del hacer.

La pregunta que le dominó a lo largo de su vida fue ésta: «¿Qué es el mundo y qué soy yo?». Y a pesar de la intensa curiosidad que le llevaba hacia la realidad exterior tuvo la intuición de que era dentro donde se encontraba la respuesta. Desde esta actitud «agustiniana» viene la gran decisión: confrontarse con el inconsciente.

La confrontación con el inconsciente, la asunción del inconsciente (individual y colectivo) lleva a una madurez que Jung llama «individuación». El mismo dice: «Individuación significa: llegar a ser un individuo y, en cuanto por individualidad entendemos nuestra peculiaridad más interna, última e incomparable, llegar a ser uno mismo. Por ello se podría traducir «individuación» también por «mis-mación» o «autorrealización».

El tema o tarea del ser sí mismo, del llegar a ser el que se es, lleva consigo la empresa dramática, aventurera y esperanzadora de la aceptación. El hombre se rebasa a sí mismo, se trasciende y se salva (salvarse es ser maduro y sano) en y con la aceptación de todas las realidades de su vida.

Aceptar la luz y la sombra sin asustarse, sin huir. Aceptar lo femenino y lo masculino, aceptar las edades de la vida con sus peculiaridades reales y así sucesivamente. El hombre así se convierte en un consciente ser hospitalario. Ni Prometeo, ni

Fausto, ni Zaratustra, sino benevolente hospede-ro de la realidad.

Este proceso de aceptación tiene unos medios de ejercicio. Estos medios son la ascética, la meditación, todo lo que las religiones han ofrecido a los hombres desde milenios.

No cabe duda que la neurosis, la obsesión y la evasión son consecuencia de una falta de confrontación o de una confrontación mal hecha. Y en la mitad de la vida se nos exige una auténtica confrontación y hace falta una radical transparencia para seguir con salud el camino otoñal del atardecer de la vida. En una confrontación seria y serena se descubre que toda edad tiene la misma realidad y exige la misma aceptación. Esto es no solo un postulado religioso sino que es una fidelidad al proceso psíquico.

Sin salirnos del plano científico-natural en el que se afirma Jung (y prescindiendo de últimas valoraciones específicas de su obra) podemos decir que también Jung es un puente con el oriente. Han sido discípulos de Jung los que con bagaje jungiano han sabido acercarse a los procesos de interiorización de la India y del Zen japonés.

Amplia es la bibliografía al respecto. Estas pági-

nas que siguen son una aportación al movimiento meditativo actual que ha establecido nuevas posibilidades y horizontes para el hombre de hoy que busca encontrarse. El hombre que «ha perdido su alma» y que sólo por una tarea de interiorización puede salvarse en la mitad de la vida y en cualquier situación límite.

Como introducción

La salida del monasterio de monjes, muchos de los cuales tenían más de cuarenta años, produjo una fuerte impresión en nuestra comunidad. Buscando la causa de este abandono que se dió después de más de veinte años de vida monástica nos encontramos con el fenómeno de la «crisis en la mitad de la vida».

Una ojeada dada a la bibliografía sobre el tema nos mostró cómo la «crisis de la mitad de la vida» no sólo afecta a numerosos sacerdotes y religiosos que están entre los cuarenta y cincuenta años sino que es una crisis existencial que puede llevar al abandono de la vocación. El cambio de edad plantea a muchas personas también un problema que pone en crisis la vida llevada hasta ese período. Cambio, abandono de las circunstancias habituales, separación matrimonial, depresiones ner-

viosas, trastornos psicomáticos diversos, son los síntomas de una crisis no superada de la mitad de la vida.

Nuestra comunidad tomó como punto de partida el hecho de la salida de algunos de sus miembros para meditar en unas jornadas teológicas de trabajo sobre el problema de la «mitad de la vida» y su posible superación. Dos ponencias perfilaron el marco para un diálogo general e intercambio de experiencias personales en grupos.

El P. Fidelis Ruppert expuso el pensamiento del místico alemán Johannes Tauler (1300-1361) que presenta la crisis de la mitad de la vida como una ocasión para el crecimiento y maduración espirituales. Se nos hizo patente que la crisis en el medio de la vida, entre nosotros, monjes, debe ser superada primariamente en forma religiosa. Sin embargo, no se pueden descuidar los presupuestos antropológicos y psicológicos. Para completar el esclarecimiento religioso de Tauler yo expuse sobre el mismo tema su aspecto psicológico según C. G. Jung.

El vivo interés que despertaron los pensamientos de Tauler y Jung entre los monjes y otros religiosos justifica el que mediante este pequeño libro se quiera ampliar el número de los que puedan acceder a ellos. La parte sobre Tauler reproduce las

exposiciones del P. Fidelis ampliadas. El artículo sobre Jung apareció en la revista monástica «Erbe und Auftrag», 54 (1978).

En la crisis de la mitad de la vida no se trata simplemente de un situarse nuevo en circunstancias físicas o psíquicas cambiadas. No se trata solamente de un dar por terminado un período por la disminución de las fuerzas corporales y espirituales y plantear nuevos deseos y nostalgias que frecuentemente brotan en el cambio de edad.

Se trata más bien de una profunda crisis de la existencia en la que se plantea el sentido del todo: ¿Por qué trabajo yo tanto, por qué me ajeteo tanto, sin encontrar tiempo para mí? ¿Por qué, cómo, con qué fin, para qué, para quién? Estas preguntas surgen más frecuentemente en la mitad de la vida y provocan una inseguridad que afecta al concepto de la vida que hasta aquí se ha tenido.

La pregunta por el sentido es ya una pregunta religiosa. La mitad de la vida es esencialmente una crisis de sentido y por ello una crisis religiosa. Pero a la vez esconde latente la ocasión y posibilidad de encontrar un nuevo sentido para la vida.

La crisis de la mitad de la vida conmueve, confundiendo, los diversos elementos de la existencia

humana para separarlos y ordenarlos de nuevo. Desde el punto de vista de la fe, Dios mismo está en esta crisis presente y actuante. Moviliza el corazón humano para que se abra y se libere de todos los autoengaños. La crisis es obra de la gracia y este aspecto apenas aparece en la inmensa bibliografía sobre el tema. Y, sin embargo, es un aspecto decisivo.

La crisis de la mitad de la vida no es para el creyente algo que le adviene de fuera y para cuya superación ha de injertar la fe solamente como una «fuente de fuerza». En esta crisis más bien Dios toca al hombre y por ello la crisis es el lugar de un nuevo y fuerte encuentro con Dios y ocasión de experiencia de Dios.

Es una etapa decisiva en nuestro camino de fe, un punto en el que se decide si usamos a Dios para enriquecer nuestra vida y realizarnos a nosotros mismos o si estamos dispuestos, creyendo en Dios, a abandonarnos y entregarle nuestra vida.

Las ponencias sobre Tauler y Jung han nacido en primer lugar desde nuestra perspectiva de monjes. Sin embargo, la experiencia ha demostrado que aquí no se trata simplemente de una solución para monjes, sino que en toda persona la superación de la crisis de la mitad de la vida es cuestión religiosa y que no son suficientes y satisfactorios los méto-

dos y ayudas psicológicas. C. G. Jung remite en tanto que psicólogo a caminos no psicológicos: a la práctica del ayuno, a la ascética, a la meditación, a la liturgia. Jung lamenta que la escuela de la religión no sea ya una ayuda para muchos en la superación de sus crisis personales. Este librito quisiera animar a descubrir de nuevo el camino religioso como un camino de curación, como un medio de sanación para las heridas con que la vida nos lacera y que precisamente en la crisis de la mitad de la vida tan dolorosamente aparecen. No hay ningún retroceso, ninguna negación de cualquier conocimiento que nos haya podido dar la psicología sino un avanzar por un camino en el que junto a toda la comprensión psicológica, sin embargo, en última instancia nos debemos dejar conducir por Jesucristo.

El camino de Cristo que por la cruz lleva a la nueva vida de la resurrección, es un camino por el cual también llegamos a ser humanamente más maduros y sanos. En este camino, sin embargo, no están en el centro nociones como realización del yo, desarrollo de todas las posibilidades sino que lo importante es darse a sí mismo y la propia vida a Dios para que Dios obre en nosotros y podamos ser fuertes en nuestras debilidades. No se trata de la autorrealización y de la autoglorificación del hombre, sino de que Dios sea glorificado en todo. Y una manera de glorificación de Dios es el hombre sano y

maduro que muriendo es revestido con la nueva vida de la resurrección» para que la vida de Jesús se haga visible en nuestra carne percedera» (2 Cor 4, 11).

La superación de la mitad de la vida en Johannes Tauler

Un giro en la vida

Tauler habla frecuentemente en sus sermones de los cuarenta años. La cuarentena representa un giro en la vida de los hombres. Todo su esfuerzo espiritual da precisamente fruto después de los cuarenta y entonces puede el hombre alcanzar la verdadera paz del alma.

Tauler toma en un sermón los cuarenta días que median entre la Resurrección y Ascensión y los diez hasta Pentecostés como símbolo del desarrollo espiritual del hombre:

«El hombre hace lo que quiere, lo comienza como quiere, pero no alcanza nunca la verdadera paz hasta que su ser no sea imagen del hombre celeste que no es antes de los cuarenta años. Hasta entonces está ocupado con:

muchas cosas y la naturaleza le lleva de aquí para allá y muchas veces sucede que la naturaleza le domina y él cree que es el mismo Dios y no puede alcanzar la verdadera y plena paz y ser celeste del todo antes del tiempo dicho. Luego el hombre debe esperar diez años antes que el Espíritu Santo, el consolador, en verdad le llene. El Espíritu que lo enseña todo.»

La edad es algo que tiene su significado en relación con el camino espiritual del hombre. El objetivo del camino es para Tauler alcanzar el fondo de la propia alma. Sobre la idea del fondo del alma han discutido mucho los tratadistas. No queremos entrar aquí en esta discusión erudita sino considerar el fondo del alma como una imagen de lo más íntimo del hombre, el fundamento en el que todas las fuerzas del alma se unifican. Es el punto en que el hombre está de verdad consigo mismo y en el que Dios habita. Ese fondo del alma no se puede alcanzar con las propias fuerzas, ni mediante empeños ascéticos y ni siquiera con mucha oración.

No se alcanza el contacto con el más íntimo fondo por el hacer sino por el abandonarse, por el entregarse. El hombre por lo general está preocupado en la primera mitad de su vida por el hacer propio. Se quisiera conseguir algo y esto no sólo en el orden de las cosas mundanas sino también en la di-

mensión religiosa. Se desea avanzar en el camino hacia Dios mediante ejercicios espirituales. Esto en sí es bueno ya que de esta manera la vida queda ordenada rectamente.

Sin embargo, no se alcanza el fondo del alma por el esfuerzo propio sino solamente cuando se deja obrar a Dios. Y Dios obra en nosotros a través de la vida, de las experiencias que la vida misma trae consigo. Dios nos vacía mediante los desengaños. Nos revela nuestra futilidad a través de nuestros fallos; trabaja en nosotros por el sufrimiento de que nos cree capaces. Estas experiencias de ser vaciados, despojados, se condensan en la mitad de la vida. Y aquí es importante que nosotros dejemos en Dios todos los esfuerzos espirituales para ser conducidos por Él hasta el fondo del alma a través de los vacíos y arideces del propio corazón. Es en ese fondo del alma donde no encontramos nuestras imágenes y sentimientos sino al verdadero Dios.

Según Tauler, en la mitad de la vida es importante que nos dejemos vaciar y desnudar por Dios para ser vestidos de nuevo por Él con su gracia. La crisis es pues el punto de giro en el que se decide si se permanece cerrado en sí mismo o nos dejamos abrir hacia etapas como lo hace Tauler en sus *sermones*.

1. La crisis

Tauler observa que entre los hombres entregados durante años a una vida religiosa algunos caen en una crisis espiritual entre los cuarenta y cincuenta años. Todo lo que hasta esa edad practicaron como ejercicios religiosos: meditación, oración personal o comunitaria, coro, devociones, todo se les hace insípido. No encuentran ya ningún gusto y se sienten vacíos, agotados, sin paz.

«Todos los santos pensamientos y amables imágenes y la alegría y júbilo y lo que le había sido dado por Dios le parece ahora una cosa pesada y se disipa demasiado de tal manera que ya no encuentra gusto en todo ello y no puede continuar. Esto no le gusta y lo que le atrae no lo tiene. De esta manera está entre dos objetivos y se encuentra en gran dolor y apretura.»

El problema de esta situación es que el hombre con sus prácticas religiosas habituales no puede ya hacer nada, pero no sabe tampoco lo que le haría bien. Lo acostumbrado se le ha quitado y lo nuevo todavía no ha llegado. Y hay el peligro que junto con las prácticas religiosas tradicionales también eche por la borda la fe cuando no encuentra ningún camino para ir más cerca de Dios. Experimenta un fracaso total de sus esfuerzos espirituales en los que hasta ahora podía estar firme. Ahora está preso de las formas externas. Y está al borde de apartarse, decepcionado de Dios.

Sin embargo, para Tauler, esta crisis es obra de la gracia de Dios. Dios mismo conduce al hombre a la crisis, a la apretura. Y Él se propone algo con ello. Quisiera conducir al hombre a la verdad, llevarle hasta el fondo del alma. Tauler usa aquí la imagen de que Dios revuelve y desordena la casa del hombre para encontrar la dracma evangélica, esto es, el fondo del alma:

«Cuando el hombre llega a esa casa y allí busca a Dios, la casa está revuelta y luego Dios le busca a él y revuelve la casa como todo el que busca: tira una cosa aquí, otra allí, hasta que encuentra lo que busca.»

El revolver el orden que había hasta entonces en

la casa permite al hombre descubrir su propio fondo y así su madurez espiritual es más provechosa que todo su propio hacer:

«Y si fuera posible y la naturaleza pudiera sufrirlo que este revoltijo durase día y noche setenta veces siete, si el hombre lo pudiese soportar y dejarse llevar de aquí para allá, le sería más útil que todo lo que jamás comprendió y se le dió. En este revolverlo todo el hombre es conducido, si se deja llevar, infinitamente más adelante de lo que en todas las obras, preceptos y mandatos jamás fuera pensado o ideado.»

Sin embargo, frecuentemente el hombre reacciona mal ante la crisis a la que Dios le ha llevado. No reconoce que Dios hace algo en él y que sería importante dejar obrar a Dios en sí. Tauler describe distintos modos equivocados de reaccionar.

2. La huida

Primera forma de huir: reformas exteriores

El hombre puede huir ante la crisis de la mitad de la vida de tres maneras. La primera consiste en negarse a dirigir su mirada al interior de sí mismo. No sitúa la inquietud y desasosiego en su corazón sino que lleno de impaciencia lo localiza fuera, en los otros, en las estructuras, en las instituciones todas que quiere cambiar. Cuando Dios lleva a la inquietud, revuelve la casa. Cuando con su divina gracia

«llega al hombre y comienza a tocarlo, el hombre, allí donde está, debería esperar, pero se aparta del fondo del alma, se pone el monasterio por montera y quiere correr hacia Tréveris o Dios sabe dónde y no tiene en cuenta el tes-

timonio del Espíritu en él debido a su vagabundaje en las cosas exteriores.»

Como no quiere reformarse a sí mismo, quiere reformar el monasterio. Proyecta el descontento de sí mismo hacia afuera y obstruye con reformas exteriores la entrada al fondo de su alma. Está tan ocupado con los cambios y mejoras exteriores que no percibe cómo su interior no da un paso. La lucha con lo exterior le exime de mantener el combate consigo mismo.

*Segunda forma de huir:
aferrarse a lo externo*

Una segunda forma de huida consiste en aferrarse a ejercicios religiosos externos. No se ocupa de los demás, del contorno, sino que se encierra en sí mismo. Pero de una manera formalista. En sus actividades exteriores elude la confrontación interior. En lugar de aplicar el oído al interior y atender al escondido «camino íntimo» permanecerá en las «comunes y amplias calles».

«Muchos hacen precisamente lo contrario, se dedican por completo a ejercicios y actividades externas y obran como uno que debiendo ir a Roma marcha a campo traviesa en dirección a Holanda. Cuanto más camina tan-

to más desviado está. Y si tales hombres por fin vuelven, son tan viejos y les duele tanto la cabeza que no encuentran el gozo del amor en sus obras y en sus impulsos.»

*Tercera forma de huida:
nuevas formas de vida*

La tercera forma de huida está en que la desazón interior por lo externo les coloca en una incesante instalación en nuevas formas de vida. El desasosiego interior arrastra a ésta, a la otra y a la de más allá práctica religiosa:

«Si son “tocados” por alguna de ellas, enseguida se van a otro país, a otra ciudad. Apenas entrevista una, intentan — ciertamente de manera superficial — otro modo de vida. Quieren ser hombres corrientes, luego buscan un convento y luego un monasterio.»

Para su crisis interior esperan una solución de las formas externas. Echan por la borda las formas tradicionales recibidas y buscan nuevas.

Esta experiencia señalada por Tauler se registra hoy en algunos hombres que quieren constante-

mente probar nuevos métodos de meditación. Mariposean entusiásticamente hacia ésta o aquella forma meditativa. Cuando el primer entusiasmo ha pasado, cambian por la siguiente que es el *non plus ultra*. Y como no perseveran en ninguna, no encuentran su propio fondo. No sitúan verdaderamente su propio desasosiego, no lo aceptan, no oyen la voz de Dios que quiere precisamente conducirlos a su interior a través de la apretura. Y así, en lugar de cambiar interiormente corren tras los cambios exteriores:

«Esta apretura interior ha hecho a algunos correr hacia Aquisgrán, hacia Roma o hacia los pobres y las ermitas. Y cuanto más lejos van, menos encuentran. Y algunos recaen en las imaginaciones de su mente y juegan con ellas, debido a que no quieren pasar afrontando esta prueba y caen reventados en el suelo.»

La reacción de huida es comprensible. Pero son muy pocos los que comprenden la función positiva de la crisis en la mitad de la vida. La mayoría se sienten inseguros y reaccionan a su manera, frecuentemente sin discernimiento. Por eso es importante comprender el carácter escalonado de la vida espiritual. Cada escalón tiene su función. La etapa de la mitad de la vida es un escalón decisivo en el camino hacia Dios y para la propia realización.

Es un escalón doloroso que por lo mismo muchos no quieren aceptar y cuando se aproxima reaccionan con el mecanismo de defensa de la huida. La actividad incontenible, típica de muchos hombres a esa edad, es una huida inconsciente, muchas veces, ante la crisis interior. Y dado que la mayor parte quedan abandonados en su crisis no encuentran otra posibilidad que la huida.

Por eso necesitaríamos personas experimentadas que ayudaran a los otros en su crisis y que pudieran acompañar a través de la apretura hacia una madurez humana y espiritual.

3. Inhibición

Otra forma de reaccionar ante la crisis de la mitad de la vida es el detenerse, el inhibirse ante la exigencia de dar el paso de desarrollo hacia adelante quedándose en la actual manera de vida. En el plano psicológico esto se manifiesta como la «cavallería de los principios» que se atrinchera en grandes fundamentos inamovibles para ocultar la angustia interior.

En el ámbito religioso se manifiesta la inhibición, el detenerse, por un endurecimiento y reafirmación de los ejercicios de piedad hasta entonces vigentes. Se cumplen fielmente los deberes religiosos, se va regularmente a misa los domingos y se hace diariamente la oración. Se tiene cuidado escrupuloso del mantenimiento de los deberes religiosos. Sin embargo, no se avanza interiormente. Más bien hay endurecimiento, falta de amor, quejas de los

demás, juicios sobre su flojedad moral o religiosa. Nace el sentimiento de que se es un piadoso cristiano que puede enseñar a los otros cómo se debe vivir cristianamente.

Sin embargo, en medio de tanto celo, tales personas producen la impresión de no irradiar nada del amor y bondad de Cristo. Tampoco emana de ellos ningún entusiasmo y todo huele a pedantería y estrechez. Se está ante pequeñez, falta de alegría y autojustificación.

Mediante la fijación en sus principios religiosos y en su práctica religiosa se pretende escamotear la crisis interior y ocultar la angustia que esa crisis produce. Es, en último término, la angustia para que Dios mismo me arranque de las imágenes que yo me he fabricado sobre mí mismo y sobre Dios, pero es ocasión también para que pueda ser tocado de tal manera que se derrumbe el castillo de mi vida que me he construido.

Tauler insiste siempre contra la angustiosa fijación en principios y formas externas. Quiere poner de manifiesto en sus sermones las convulsiones del corazón que encuentra frecuentemente en las personas piadosas. Esos «principios» en los que tan testaruda y angustiosamente se quiere seguir, Tauler los llama «ídolos». Y piensa que mucha gente se asienta en sus ídolos como en otro tiempo Ra-

quel se sentó sobre sus amuletos (Gen 31, 33-35). (Serm. 171). Esas gentes se mantienen en sus ídolos para evitar el encuentro con el verdadero Dios.

«A algunas personas les gustan tanto sus maneras (es decir, su forma de vivir, su forma de ser piadoso) que no quieren confiarse a nadie, ni a Dios ni a los hombres, y se cuidan como a las niñas de sus ojos para que Dios no los cuide. Y nuestro Señor viene con su advertencia, indirecta o directa y ellos ponen sus «maneras» y no sacan el menor provecho»

Esta clase de hombres se defiende de todo lo que Dios les dice directamente y podría cuestionarles. El que está en esta situación se reafirma en sus ejercicios y los pone entre él mismo y Dios. Su seguridad, su convicción religiosa, es para él más importante que su encuentro personal con Dios. Resiste a Dios cuerpo a cuerpo, pues podría serle peligroso. Dios podría mostrarle qué es lo que le pasa y cuáles son los motivos de su práctica religiosa.

Podría suceder que Dios desenmascarase sus actos religiosos y su seguridad en sí mismo, para que apareciesen ante sus ojos los proyectos y deseos insinceros y los intentos de superación de su angustia. Pero él se atrinchera tras sus actos piado-

sos en lugar de ser piadoso. Actúa piadosamente para no tener que experimentar a Dios; en última instancia, no es piadoso sino que solamente busca en sí su seguridad y su autojustificación, su riqueza espiritual. Este hombre insiste en los ejercicios piadosos sin caer en la cuenta de que esos ejercicios no le pueden por sí mismos, hacerle piadoso. Se endurece en su pretendido bienestar, pero permanece inaccesible a la llamada inmediata de Dios que podría llamarle a la verdad.

Esta actitud es típica de los fariseos. Pero también se encuentra entre muchos llamados buenos cristianos que no se atreven a entrar en la fe en el verdadero Dios y dejarse transformar por Él. Tauler dice de estas personas que se conforman con charcas estancadas en lugar de beber en las fuentes vivas de Dios. Y se lamenta de que incluso entre los religiosos y religiosas haya personas así,

«que han abandonado las aguas vivas y en su fondo hay muy poca verdadera luz y vida, y muchas cosas externas: quedan parados con sus maneras y obras exteriores y con sus observancias. Todo es oído o sentido superficialmente en forma puramente imaginaria. Pero desde el fondo, que es desde donde debía manar y brotar todo, no se da nada. ¿No son como cisternas que no tienen nada que provenga o brote del fondo sino que todo les

llegó del exterior y que se va como ha venido? Y si hay algo en ellos, son sus prescripciones y sus maneras que se fundan y ordenan según su buen parecer. No se vuelven al fondo. No tienen fuente, pasan sed y no intentan avanzar. Así, hacen a su manera las cosas que han venido de fuera por los sentidos, y se quedan tan contentos. Se mantienen en las cisternas que ellos mismos se han fabricado y no tienen gusto por Dios. No beben agua viva. La dejan.»

Tauler cierra así el retrato de estos hombres:

«En estas cisternas se corrompe y se hace hediondo hasta que queda desecado, todo lo que se ha traído; esto es, las prescripciones sensibles; así queda en el fondo el orgullo, la obstinación, la dureza de juicio, la charla y la acción».

Con acciones externas, con piadosa actividad y activismo religioso se intenta ocultar que no se tiene ninguna relación con el propio fondo y que, en último término, Dios es un extraño. Se cree poseer a Dios porque se cumplen determinados ejercicios religiosos. Se quiere embutir a Dios en la «práctica» religiosa.

El fondo de esta actitud es miedo ante el Dios

viviente. Porque se tiene miedo de que Dios pudiera romper y derrumbar el edificio de seguridades y autojustificaciones y quedar desnudos y a cuerpo limpio ante el verdadero Dios. Por eso se intenta levantar un muro de defensa mediante una intachable conducta vital, muro, que ni Dios mismo pueda penetrar. El cumplimiento fiel de los deberes no nace de un corazón amoroso, encontrado y tocado por Dios, sino de la angustiosa permanencia en sí mismo. Por medio de obras se justifica el miedo a abandonar al juicio de Dios y confiarse en los brazos del Dios que ama. Asegurándose en sí mismo, se niega la fe por la que tendría que abandonarse a Dios.

Tauler no aconseja abandonar los ejercicios religiosos. Por el contrario: las formas externas de la piedad son buenas siempre y cuando ayuden al hombre interior a alcanzar su fin y hacerle libre de la dependencia de lo terreno. Tauler aconseja a los jóvenes especialmente que se ejerciten en el amor diligente y realicen las cosas externas que llevan al amor de Dios. Pero se corre el peligro de sobrevalorar nuestro propio hacer y que nuestros ejercicios «nos ocupen tanto y tan fuertemente que no podamos nunca entrar en nosotros mismos».

Para Tauler, los cuarenta años son un punto de cambio en el empeño de la actividad externa. Cita

a este respecto al Papa Gregorio el Grande que en su biografía de San Benito dice que:

«Los sacerdotes del Antiguo Testamento precisamente a la edad de cincuenta años alcanzaban ser guardianes del templo y que hasta esa edad solamente eran administradores del templo y estaban ocupados en actividades.»

Con menos de cuarenta, las actividades son una defensa necesaria que se puede desarrollar interiormente y hacer a Dios más cercano. Y en este tiempo, dice Tauler:

«No debe confiar ni interior ni exteriormente demasiado en la paz, en la renuncia o en el dominio de sí mismo, pues todo esto está todavía muy mezclado con la naturaleza.»

Pero quien después de los cuarenta años está demasiado pendiente de sus ejercicios o actividades y las considera como más importantes que el contacto con el fondo de su alma se convierte en una cisterna seca. Discurre por sus acciones externas sin tener barrunto de la interior penetración de Dios en el fondo del ser.

4. Conocerse a sí mismo

La crisis de la mitad de la vida nos coloca ante la exigencia del autoconocimiento que a la vez sería una ayuda para superar la crisis. La gracia de Dios que ha establecido en nuestra cabeza el hasta ahora actual edificio de pensar y de vivir, nos ofrece también la ocasión de conocernos a nosotros no sólo externamente sino en el fondo de nuestra alma, donde nuestro ser íntimo está escondido.

El camino del autoconocimiento está, para Tauler, en la marcha al interior, la vuelta al propio fondo del alma. El conocimiento de sí mismo es por lo pronto doloroso porque descubre implacablemente lo que en el interior hay escindido de oscuridad y maldad, cobardía y falsedad. Por eso se le rehuye. Tauler describe con drásticas imágenes la situación del hombre que rehuye ese autoconocimiento:

«Hijos, ¿de dónde pensáis que proviene el que un hombre no pueda llegar de ninguna manera a su fondo? La causa es la siguiente: está cubierto de una piel espesa y monstruosa, tan dura como la testuz de un toro y ha cubierto de tal modo su interioridad que ni Dios, ni él mismo pueden entrar dentro: está acorazado. Sabed que hay personas que pueden tener treinta y cuarenta pieles gruesas, macizas y negras como las de los osos.»

Ciertamente tenemos la experiencia de que no puede llegarse a algunas personas. Ya podemos indicarles las faltas que no lo oyen. Ya podemos con benevolencia hacerles observaciones sobre su conducta que las rechazan. Todo es inútil. No tienen ni barrunto de su propia situación. Tauler piensa, con su imagen de la testuz del toro, que tales personas tienen tan poco contacto con su propia realidad que hasta para Dios es imposible taladrar semejante piel.

Su interioridad está tan cubierta que no es accesible ni para ellos mismos ni para Dios. Estas personas no aprenden con las vivencias que Dios les envía ya sean positivas o negativas. Se han petrificado. Todos los acontecimientos les conducen siempre a su propia reafirmación. Tienen una mirada afilada para las debilidades de los demás y, sin embargo, son ciegos para las propias. La psi-

cológia designa a esta ceguera con el nombre de «proyección». Al proyectar mis debilidades en los otros no las puedo reconocer en mí mismo y me quedo ciego ante mi propia situación. Esto se manifiesta en las censuras a los otros, en condenas y en críticas. Para Tauler es:

«Un signo del falso amigo de Dios el que condena a los otros, pero no se condena a sí mismo. Por el contrario los verdaderos amigos de Dios no condenan a nadie más que a sí mismos.»

El conocimiento de uno mismo es la mayor parte de las veces desagradable. Nos arranca todas las máscaras de la cara y descubre lo que hay en nosotros. De ahí que sea comprensible que muchos quieran evitar sin miramientos el autoconocimiento.

En la crisis de la mitad de la vida es Dios mismo el que toma la iniciativa y lleva al hombre al conocimiento de sí mismo. Para Tauler es un signo de que el Espíritu actúa en el hombre el comenzar a conocerse a sí mismo. Bajo el influjo del Espíritu Santo entra el hombre cada vez más en apretura y es sacudido en su interior. Y el Espíritu Santo descubre lo que hay en él de no verdadero:

«Debido a este paso del Espíritu, se da en el hombre una gran conmoción. Cuanto más

claro, verdadero y manifiesto sea ese tránsito del Espíritu, tanto más rápido, fuerte y transparente será el fruto, el acicate y la conversación del hombre y reconocerá mejor su inhibición.»

Tan pronto como un hombre toca su fondo vive terribles sorpresas:

«¡Ay! ¡Qué encontraremos cuando lleguemos al fondo! Lo que ahora parece una gran santidad se descubre como falsamente fundado.»

Por nuestra parte pensamos que hay que proteger a los hombres en la conmoción de la mitad de la vida. Tauler, por el contrario, ve en ella la acción del Espíritu Santo. Debemos dejarnos sacudir por el Espíritu de Dios para penetrar en nuestro fondo, para sumergirnos en nuestra propia verdad. Debemos tranquilamente dejar demoler nuestra autosatisfacción y autojustificación y entregarnos a la acción que Dios realiza en esta nuestra apretura:

«Querido: ¡Abístrate, abístrate en el fondo, en tu nada y deja caer sobre ti la torre (de la catedral de la autocomplacencia y de la autojustificación) con todos sus pisos! ¡Deja que vengan a ti todos los demonios que hay

en el infierno! ¡Cielo y tierra con todas sus criaturas te servirán maravillosamente! ¡Abístrate sólomente! Será para ti lo mejor.»

Es animoso lo que Tauler nos dice. Hasta los demonios del infierno se deben dejar venir con la confianza de que Dios nos conduce a través de la apretura.

El conocimiento de sí mismo lo pone en marcha el Espíritu Santo. Sin embargo, el hombre tiene que colaborar. Tauler enumera diferentes ayudas en el camino del autoconocimiento. Describe cómo el hombre debe considerar y probar cuidadosamente su hacer y su abstenerse, sus pensamientos favoritos y sus deseos y las peculiares debilidades de su naturaleza. Hay que ejercer la observación de uno mismo:

«Hijo hace falta mucha y maravillosa diligencia para que el hombre conozca rectamente su ánimo y carácter. Para ello tiene día y noche que estudiar e imaginar, controlarse a sí mismo y ver lo que le impulsa y mueve en todas sus acciones. Debe dirigir con todas sus fuerzas todo su hacer, y enfocarlo inmediatamente a Dios. Que el hombre no cometa ninguna mentira pues cualquier obra buena que el hombre ejecute y luego la dirija a Dios

es una mentira. Todo lo que no tenga a Dios como objetivo es un ídolo.»

El método que Tauler recomienda aquí es el de «imaginar», y que hoy la Psicología emplea como técnica del autoconocimiento: se hace ascender desde el fondo desde el subconsciente imágenes de la fantasía y se las considera. Después se puede descubrir frecuentemente cuáles son verdaderamente las raíces y los fundamentos de nuestro pensar y obrar. Con ayuda de esta técnica, según nos invita Tauler, debemos preguntarnos constantemente por los últimos motivos de nuestro obrar y si en esos quehaceres nos ponemos en el centro a nosotros o ponemos a Dios. Debemos someternos a la prueba de saber si nos quedamos atados a las cosas externas, a nuestro éxito, a nuestros papeles, a nuestra ocupación u oficio, a nuestras posesiones, a las formas de nuestra piedad o a nuestra vocación de buenos cristianos. Debemos conocer cuáles son nuestros ídolos. Y en cuanto los conozcamos debemos intentar librarnos de ellos. Tenemos que desatarnos de todo aquello que nos sujeta para entregarnos exclusivamente a la voluntad de Dios.

La experiencia de que Dios nos conduce a un *doloroso conocimiento de nosotros mismos en la mitad de la vida* la ha tenido también Carlo Carretto. Sobre ella escribe:

«Normalmente esto ocurre hacia los cuarenta años: gran fecha litúrgica de la vida, fecha bíblica, fecha del demonio meridiano, fecha de la segunda juventud, fecha seria del hombre...»

Es la fecha en que Dios ha resuelto poner entre la espada y la pared al hombre que se le ha escapado hasta ahora detrás de la cortina de humo del «mitad sí, mitad no».

Con los reveses, el tedio, la oscuridad, y más frecuentemente aún, y más profundamente aún, la visión o la experiencia del pecado. El hombre descubre lo que es: una pobre cosa, un ser frágil, débil, un conjunto de orgullo y de mezquindad, un inconsciente, un perezoso, un ilógico.

No hay límite en esta miseria del hombre; y Dios le deja que la beba hasta las heces...

Pero no basta. En lo profundo está la culpa más decisiva, más vasta aún, aunque oculta... Solo a duras penas y frecuentemente sólo después de largo tiempo podemos descubrirla con la mirada, pero es bastante viva en la conciencia para poder contaminarnos y pesa bastante más que todas las cosas que confesamos habitualmente.

Quiero decir las actitudes que envuelven toda nuestra vida como una atmósfera y que están presentes, por decirlo así en todas nuestras acciones y omisiones; pecados de los

que no podemos desembarazarnos, cosas ocultas y generales: pereza, cobardía, falsedad y vanidad, de las que ni siquiera nuestra oración puede verse enteramente libre, que pesan profundamente sobre toda nuestra existencia y la perjudican.» (*Cartas del desierto, cap. 10*).

Esta cita muestra cómo la experiencia de Tauler no es única ni está limitada a los místicos. Afecta a todo aquél que intenta llevar una vida espiritual. Por eso es importante entender algo de las generalidades de la vida espiritual para poder ayudar a los hombres que sufren esta crisis como un paso de su desarrollo religioso.

5. Serenidad

Junto con el conocimiento de sí mismo, Tauler habla de otra ayuda para superar la crisis de la mitad de la vida: la serenidad. No piensa en una serenidad y paz estoicas que no se dejen conmovidas por nada sino que se refieren a la capacidad de entregarse a sí mismo.

Serenidad es, para Tauler, lo que las Sagradas Escrituras llaman abnegación, esto es, la tarea de entregar la propia voluntad a la voluntad de Dios. Tiene un aspecto dinámico y significa un avance hacia Dios.

El hombre tiene que abandonar muchas cosas para que le vaya bien. Tiene que dejar el mal, la obstinación, la arbitrariedad. Pero también tiene que renunciar a lo bueno en tanto en cuanto impida el progreso. Pues lo bueno puede ser enemigo

de lo mejor e impedir el avance del hombre en su camino hacia Dios. Tauler expresa esto con la imagen de la novia que deja sus antiguos vestidos y se lava, «para entregarse al novio con vestidos nuevos y más adornada». Por vestidos antiguos entiende Tauler no solamente los manchados por el pecado sino también «los buenos vestidos que la novia se quita porque son viejos». Piensa Tauler en prácticas buenas y virtudes inferiores que ahora deben ser superadas por una práctica mejor y por una virtud más alta.

Cada edad tiene su forma de expresión religiosa específica. No se puede descuidadamente mantenerse en una práctica que era buena en la juventud. Y si a alguno, durante la crisis de la mitad de la vida, la práctica vigente hasta entonces se le convierte en algo insípido e infecundo no es porque hasta ese momento haya seguido falsas formas sino porque Dios le quiere indicar que ahora tiene que buscar otras formas que correspondan a su actual grado de desarrollo en la vida espiritual.

Puede que haya llegado el momento de un grado de oración más alto. En lugar de tener largos monólogos durante la oración que me cansan, yo tendría que aprender a permanecer ante Dios en silencio. En lugar de devorar más y más libros piadosos, tendría quizá que simplificar mi oración y tendría, para ello, que rechazar el querer vivir cons-

tantemente nuevas experiencias espirituales y sentimientos religiosos. En lugar de todo esto estar simplemente ante Dios, vivir en la presencia de Dios sin hablar mucho.

Muchos hombres como consecuencia de estar en la mitad de la vida caen en una crisis religiosa porque la voluntad de conquista con la que tenían éxito en su profesión, la trasladan a su vida religiosa. Quieren constantemente atrapar experiencias religiosas y amasar una riqueza espiritual. Sequedad y desilusión en la oración son una prueba de que tengo que abandonar esa búsqueda de experiencias de Dios, de que tengo que abandonar mi ansia de posesión y ponerme ante Dios con toda simplicidad. Tendría que llegar, para abandonarme por completo en Dios a estar sin pedir constantemente cosas como paz, contento, seguridad, gozo religioso.

Pertenece también a la serenidad la disponibilidad para el sufrimiento. Serenidad no significa que se tiene y se goza la propia paz. Por el contrario se da de mano la propia paz y se está dispuesto a dejarse conducir por Dios en la apretura. «La genuina paz nace solamente de la «no-paz» de la purificación en la apretura». Por eso hay que mantenerse en la apretura y los sufrimientos que conlleva:

«¡Permanece sólo contigo mismo y no corras a lo exterior, súfrete y no busques otra cosa! Algunos hombres buscan otra cosa cuando están en esta pobreza interior y buscan siempre algo distinto para evitar así la apretura. También se quejan y preguntan a maestros, y cada vez quedan más confusos. Párate sin dudar nada. Después de la tiniebla viene la luz del día, el amanecer del sol.

Tauler repite insistentemente que el hombre ante la apretura no debe evadirse. Tiene que esperar. No puede salir de la apretura por sus propias fuerzas. No puede hacer otra cosa sino esperar a que Dios mismo le conduzca a través de ella hacia una nueva madurez espiritual. Tiene que confiar en que Dios no le dejará caer en la apretura sin buscar algo positivo. El hombre tiene que estar dispuesto, con confianza, a seguir la dirección de Dios, a soltar las riendas para ponerse totalmente en manos de Dios. En la crisis de la mitad de la vida se da un cambio de dirección interior. Ya no yo, sino Dios es el que debe conducirme. En la crisis misma está ya Dios actuando y yo no debo ponerle ningún obstáculo en el camino para que él pueda completar su obra.

Tauler no se cansa de decir una y otra vez a sus oyentes que es el Espíritu Santo el que ha provocado la crisis y el que obra en la apretura. La tarea

del hombre consiste ahora en no impedir su acción.

«Que el hombre se deje preparar y dé al Espíritu ciudad y espacio para que pueda comenzar en él su obra. Esto lo hacen pocos incluso entre las gentes de hábito, a las que precisamente Dios ha elegido para esto.»

Tauler supo describir con imágenes muy elocuentes esta apretura mediante la cual el Espíritu Santo quiere un cambio interior y una nueva criatura. Así habla comentando a Mt 10,16 sobre el tema de la astucia de la serpiente:

«Cuando la serpiente percibe que comienza a envejecer, a arrugarse y a oler mal busca un lugar con juntura de piedras y se desliza entre ellas de tal manera que deja la vieja piel y con ello le crece una nueva. Lo mismo debe hacer el hombre con su vieja piel, esto es, con todo aquello que tiene por naturaleza, por grande y bueno que sea, pero que ha envejecido y tiene fallos. Para ello que pase por entre dos piedras muy juntas» (en apretura).

Para madurar, para llegar al propio fondo del alma es preciso pasar a través de la estrechura de dos piedras; no se pueden seguir constantemente nuevos métodos de madurez humana o espiritual. Esto sería solamente huir ante la apretura. En un

momento cualquiera hay que tener el valor de pasar a través de la estrechura aunque con ello se pierda la piel antigua, incluso si se sufren heridas y erosiones. Las decisiones aprietan. Pero sin atravesar esa angostura no se madura, no se renueva. El hombre exterior tiene que ser raspado para que el interior se renueve día tras día. (2 Cor 4,16).

Si se toman en serio las palabras de Tauler y se ve en la crisis de la mitad de la vida la actuación de Dios, esta crisis pierde su carácter amenazador y su peligrosidad. Por el contrario se la puede considerar como una ocasión para avanzar y tener a Dios más cercano. Lo que se nos pide en la crisis es la disponibilidad para dejar actuar a Dios en nosotros. Frecuentemente la acción de Dios es para nosotros dolorosa. Y es que sufrir hasta el fin a Dios en mí, es conllevar lo que me envía sin romperme interiormente. Esta actitud exige mucho del que estaba acostumbrado a tenerlo todo en la mano. Aquí también corre el peligro de querer tomar en su mano la propia crisis y acelerar activamente el proceso.

A alguno le parecerá una ocasión oportuna para aprovecharla y al querer agarrarla tirará por la borda las formas heredadas. Tauler previene contra los modos arbitrarios de ponerse en manos de Dios. No podemos entorpecer la acción de Dios en la apretura y mediante la apretura; no podemos por

propio impulso abandonar las prácticas recibidas, sino en el momento que Dios nos lo sugiera:

«Las formas y los materiales que muevan al hombre tanto exterior como interiormente hacia las buenas obras y al amor de Dios no se deben abandonar antes de que por sí mismas caigan.»

En primer lugar hay que aprender lentamente a abandonarse a la acción de Dios. Se quiere con excesiva ligereza planear la vida y la práctica. Se desconfía de toda pasividad, por miedo a soltar las riendas. Hasta el momento de la crisis era bueno determinar la propia vida y sus formas. Pero ahora no puede ser así. Si durante el tiempo juvenil no estaba mal el ejercitarse por sí mismo y el plantear las propias tareas, en la edad madura se tiene que «soportar» la acción de Dios. Y así hay que entregarse paso a paso a la voluntad de Dios y a su providencia. Esto exige la entrega del corazón.

6. El nacimiento de Dios

Las penurias y apreturas que trae consigo la crisis de la mitad de la vida son para Tauler solamente los dolores de parto del nacimiento de Dios en el hombre. En la apretura de esta crisis Dios impulsa a los hombres a que se vuelvan al fondo de su alma, a que reconozcan su impotencia y debilidades y se abandonen completamente en el Espíritu Santo de Dios. Cuando se abandona todo lo que puede ser impedimento de la acción de Dios entonces puede Él nacer en el fondo del alma. Y el nacimiento de Dios en el hombre es el objetivo del camino espiritual, según Tauler:

«Abandónate en mí; no hay ningún aprieto en el hombre. Dios quiere realizar un nuevo nacimiento. Y ten presente que todo lo que te quite el aprieto o la opresión, lo que te sosiegue o libere es nacimiento en ti. Y esto es

el nacimiento, el parto, sea el que sea, de Dios o de la criatura. Piensa ahora: si una criatura te quita la apretura, sea la criatura que sea, arruina por completo el nacimiento de Dios.»

En este texto se hace patente una vez más cuál es el peligro de la crisis. Se intenta evitar la opresión volviéndose hacia el exterior mediante la actividad, por la fijación en formas religiosas, por cambios externos. Todo esto son criaturas, incluso las cosas buenas. Y esas criaturas impedirían el nacimiento de Dios en nosotros. Así, lo que resta es solamente dejar que Dios mismo quite la opresión. En tanto en que se «sufre» a Dios, se le deja actuar, y a Él se entrega. Solamente Dios puede liberarnos de la opresión.

«Venga lo que venga, de fuera o de dentro, déjalo supurar y no busques ningún consuelo. Así Dios te liberará seguro. Para ello mantente y déjalo todo en sus manos.»

La condición para el nacimiento de Dios en el hombre es la vuelta a lo interior. El alma debe:

«establecer paz y silencio en su interior y recogerse en sí, esconderse y cobijarse en el espíritu ante los sentidos y huir de lo sensible y disponer dentro de sí un lugar de silencio y de descanso interior.»

En este silencio interior puede ser oída y aceptada la palabra Dios y allí se realiza el nacimiento de Dios en el hombre como le ocurrió a María de la que San Agustín dice:

«María fue colmada de gozo porque Dios, nacido en ella espiritualmente, se hizo carnalmente de ella.»

Con la idea típica de la mística alemana del nacimiento de Dios, piensa Tauler que el hombre se abre a Dios y es capaz de encontrarlo, ser transformado por Dios interiormente y vivir por completo del Espíritu de Dios. Dios no es solamente una instancia exterior que vela por la observancia de los mandamientos. No es tampoco un ideal al que se tiende sino que es alguien nacido interiormente al que se le experimenta y se vive ahora con la experiencia del Dios presente.

La vida de Dios no incide solamente en la voluntad que la percibe para cumplir los mandamientos sino que despierta al corazón haciéndolo lleno de Dios para alcanzar la paz y la serenidad por su proximidad. Un corazón maduro y sabio, bondadoso y lleno de amor.

Así pues, la crisis de la mitad de la vida tiene un objetivo. Es la ocasión para perforar el genuino ser del hombre y dar un paso decisivo en su camino

El problema de la mitad de la vida en C. G. Jung.

hacia Dios. Si comprendemos bien la relación de la apretura y del nacimiento de Dios, como Tauler nos la ha mostrado, podremos reaccionar de manera diferente ante los primeros síntomas de la crisis. No perdamos la cabeza creyendo que tenemos que probar todos los posibles métodos psicológicos para obtener la salud óptima.

Consideremos más bien como una tarea espiritual admitir la crisis y oír en ella lo que Dios quiere decirnos. Ante la crisis no tenemos que protegernos con los mecanismos de defensa que tengamos a mano. No necesitamos tampoco huir porque podemos ser consolados dejando a Dios obrar en nosotros. Podemos aceptar que Dios revuelva nuestra casa y descomponga en nuestro interior el pretendido orden que teníamos. En lugar de lamentarnos de nuestra crisis, deberíamos dar gracias a Dios porque actúa en nosotros, porque rompe nuestra dureza con su espíritu, que quiere transformar constantemente nuestro corazón.

Un enfoque psicológico

C. G. Jung enfoca el problema de la mitad de la vida desde otros supuestos que los del místico y predicador Tauler. Jung es psicólogo y como tal se limita a los métodos de la ciencia empírica. Deja a los teólogos extraer las conclusiones filosóficas y teológicas. Sin embargo, la religión es un fenómeno que el psicólogo encuentra continuamente en sus pacientes. No se puede investigar la psique del hombre sin tener en cuenta los intentos de dar una respuesta a la pregunta por el sentido mediante los sistemas e imágenes religiosos. Jung considera el sentido dado por la experiencia religiosa, como científico de la naturaleza, solamente desde el punto de vista de la contribución de tales experiencias a la salud del alma humana.

Como científico, no puede afirmar si detrás de las imágenes religiosas hay una realidad transcen-

dente. Como hombre, sin embargo, ha tenido frecuente contacto con esa realidad. Con todo, es llamativo que Jung desde la psicología haya llegado a resultados semejantes a los de Tauler. Esto significa que el camino religioso correctamente entendido, también es entendido correctamente desde el punto de vista psicológico. La Psicología pone en nuestras manos criterios para distinguir dentro de la práctica religiosa las formas falsas de las sanas aunque no puede ciertamente presumir de ser la norma del camino religioso.

Sin embargo, toda religión tiene, por lo menos, que plantearse la cuestión psicológica: ¿Hasta que punto la religión con sus dogmas y su práctica hacen a un hombre sano o enfermo? Pues en último término, la religión se entiende como un camino que quiere conducir a la salud (salvación), pero no solamente a una salvación transcendental sino a una salvación humana.

Siguiendo a Sigmund Freud, la Psicología se ha concentrado casi exclusivamente en la fase infantil del hombre. Se han estudiado rigurosamente las fases del desarrollo de la niñez y la juventud. Cuando en la vida de un adulto aparecen crisis o síntomas neuróticos se explora su niñez para poder aclarar y curar la situación presente. El interés de la Psicología clásica por el desarrollo humano ter-

mina con la transición de la pubertad y la adolescencia, entre los 17 a 18 años.

Precisamente con C. G. Jung (1875-1961) se cambia la perspectiva de la Psicología. Así como Freud es el psicólogo de la primera mitad de la vida se puede decir con toda razón que Jung lo es de la segunda mitad. Para él no hay que retrotraer los problemas del adulto a la niñez sino encontrar caminos para ayudarle aquí y ahora. Este cambio de orientación es algo más que una variante de la dimensión temporal. Se trata de una problemática cualitativamente distinta.

Freud ve en los conflictos neuróticos del hombre exclusivamente problemas de pulsiones y estos aparecen en la mayoría de los casos en la infancia. Jung, por el contrario, comprueba en sus consultas que la mayoría de los problemas del hombre que ha pasado los treinta y cinco años son de naturaleza religiosa.

1. El proceso de la individuación

Si queremos comprender las observaciones de C. G. Jung sobre los problemas de la mitad de la vida tenemos que acercarnos a lo que Jung entiende por desarrollo humano, por proceso de individuación.

Para Jung individuación es aquel proceso que «produce un individuo psicológico, es decir, una unidad independiente e indivisible, un todo». Este proceso tiene dos grandes fases: la de la expansión en la primera mitad de la vida y la de la introversión en la segunda.

En la primera parte de la vida sucede que el niño, que todavía vive del todo en el inconsciente, se va apartando más y más de ese inconsciente y va formando un Yo consciente. Por Yo entiende Jung el núcleo consciente de la persona, el centro.

de su obrar y juzgar. El hombre debe, en la primera mitad de su vida, fortalecer cada vez más su Yo, debe encontrar en el mundo su sitio y poder afirmarse. Para ello desarrolla una «persona», un rostro que se amolda a las expectativas del entorno, es decir, una «máscara» que le protege, con sus sentimientos y estados de ánimo, de estar a merced de los hombres. A la «persona» le incumbe la relación del Yo con el entorno. Dado que el hombre en la primera mitad de la vida se cuida de fortalecer su Yo y construir una persona firme, descuida otras dimensiones. Como consecuencia de esto sale a la luz la sombra, por decirlo así, la imagen reflejada del Yo, compuesta «por los rasgos del hombre en parte reprimidos, en parte no vividos del todo que desde el principio fueron en gran parte excluidos por motivos morales, sociales, educativos o de otro tipo y por eso cayeron en la represión, es decir, en la disociación».

La sombra no pertenece, por tanto, simplemente a la parte oscura y negativa sino también a la positiva. El ser humano es polar: cada polo tiene su contrapolo. Cuanto el hombre sube un polo a la conciencia, el otro queda en el inconsciente. Cada cualidad tiene su opuesta. Cuando más cultiva el hombre una cualidad, su contraria actúa más fuertemente en el inconsciente. Esto no es valioso sólo para las virtudes sino para las cuatro funciones de la conciencia que distingue Jung: pensar,

sentir, intuir y experimentar. Si el hombre cultiva unilateralmente sus funciones de inteligencia, el inconsciente se inunda de pulsiones infantiles del sentimiento (por ejemplo, el sentimentalismo). La mayor parte de las veces son proyectadas las propiedades, y los modelos de comportamiento que subyacen en la sombra, en otras personas, sobre todo del tipo contrario (el contratipo). Esta proyección que impide el desarrollo de la sombra a la conciencia, frecuentemente es causa de tensiones entre personas.

Junto a la sombra personal, el hombre tiene en sí mismo una sombra colectiva en la que está incluido todo lo malo y oscuro de la historia de la humanidad. La sombra colectiva es una parte del inconsciente colectivo en el que se acumulan las experiencias de la humanidad y que encuentran su expresión en los mitos, arquetipos y símbolos de la religión. Al inconsciente colectivo pertenece también el *anima* y el *animus*, símbolos de lo masculino y lo femenino, lo maternal y lo paternal.

En la primera mitad de la vida, el hombre está tan ocupado con la autoafirmación que se identifica con su yo consciente. El inconsciente lanza en la sombra al *anima* sin sufrir graves daños. Pero esto cambia en la segunda mitad de la vida en que el hombre debe integrar en sí mismo su *anima* o su *animus* para que de esta manera retraiga sus

proyecciones y se abra a su propio inconsciente haciendo conscientes los depósitos y cualidades allí escondidos. El Yo debe volverse a su origen, hacia el «sí mismo» (Selbst) y ganar desde él nuevas fuerzas vitales. El desarrollo del sí mismo es el objetivo de la individuación. El «sí mismo» (das Selbst) lo define Jung «como la totalidad psíquica del hombre». Mientras el Yo es sólo lo consciente, la sombra es lo inconsciente. El «sí mismo» (das Selbst) comprende ambos: lo consciente y lo inconsciente. El hombre debe desarrollarse desde el Yo al «sí mismo». Esto sucede en la medida en que cada vez más lo inconsciente se haga consciente, y se integre.

2. Problemas de la mitad de la vida

La mitad de la vida, entre los 35 y los 45 años aproximadamente, señala aquel punto de cambio en el que el desarrollo del Yo se tiene que transformar en la maduración del «sí mismo» (Selbst). El problema fundamental de este cambio consiste en que el hombre cree que puede dirigir esta segunda mitad de la vida con los medios y principios de la primera.

La vida humana puede compararse con el recorrido del sol. Por la mañana asciende e ilumina el mundo. Al mediodía alcanza su cenit y sus rayos comienzan a disminuir y decaer. La tarde es tan importante como la mañana. Sin embargo, sus leyes son distintas. Para el hombre esto significa el reconocimiento de la curva vital que desde su mitad ha de ajustar a la realidad interior en lugar de a la realidad exterior. Ahora se exige la reducción

a lo esencial, el camino hacia lo interior, la introversión en lugar de la expansión. «Lo que la juventud encontró, y debía encontrarlo, fuera, el hombre de la tarde lo debe encontrar en el interior.»

Los problemas con que se tropieza el hombre en la mitad de su vida dependen de la tarea que la segunda mitad de la vida le exige y en los que tiene que empeñarse:

relativización de su persona.

aceptación de la sombra,

integración del *anima* y del *animus*

desarrollo del sí mismo en la aceptación de la muerte y en el encuentro con Dios.

Relativización de la persona

Ha costado mucho esfuerzo lograr durante la juventud y como joven adulto un puesto en la vida. La lucha exige una persona fuerte que permita afirmarse en el mundo. La afirmación de la persona se hizo a costa de una represión del inconsciente. Ahora, en la mitad de la vida brota el inconsciente y con ello el hombre entra en inseguridad. Su instalación consciente se rompe, queda desorientado y pierde el equilibrio. La pérdida del equilibrio para Jung es algo útil que exige un nuevo equilibrio en el que también alcanza su sitio correspondiente el inconsciente.

Ciertamente que el hundimiento de la instalación consciente puede llevar a la catástrofe. Una reacción frecuente para defenderse de la inseguridad es aferrarse crispadamente a su persona, a la identidad sin humor, a la profesión, a las ocupaciones, a un «título». Jung cree que esa identificación con la profesión o el título tiene:

«algo de seductor y por ello tantos hombres no son, en el fondo, nada más que la dignidad que les ha concedido la sociedad. Sería inútil buscarles una personalidad detrás de la cáscara. Detrás de grandes apariencias representativas no son otra cosa que un hombrecillo digno de lástima. Por eso es la profesión tan seductora: porque representa una compensación barata a una personalidad deficiente.»

El hombre que se encuentra en la mitad de la vida deberá, en lugar de estar como hasta entonces a la escucha de la expectativas del mundo, prestar su oído a la voz interior y poner manos a la obra del desarrollo de su personalidad interior.

Aceptación de la sombra.

El problema de la contradicción

Jung considera el todo de la vida humana como

un conjunto de contradicciones, contrastes o polaridades. Frente al consciente está el inconsciente, frente a la luz, la sombra, frente al *animus* el *anima*. La contradicción o polaridad es esencial al hombre. No llega el hombre a su plenitud, es decir no se desarrolla hasta el «sí mismo», si no consigue integrar las contradicciones en lugar de eliminarlas. La primera mitad de la vida acentúa unilateralmente el consciente con la afirmación del Yo. La inteligencia se creó ideales a los que siguió. Esos ideales tienen su contrapartida en los opuestos depositados en el inconsciente. Cuanto más esfuerzos se hacen por excluir lo reprimido tanto más aparece en los sueños. Del mismo modo, los modelos de comportamiento que el hombre vive conscientemente tienen sus actitudes contrarias en el inconsciente.

La mitad de la vida exige volverse ahora también a los polos contrarios, aceptar la sombra no vivida y confrontarse.

Nos encontramos con dos comportamientos defectuosos en la mitad de la vida: Uno consiste en no ver el contrario de la actitud consciente. Es el aferramiento a los antiguos valores, la caballeresca defensa de principios, el ser *laudator temporis acti...* De ahí viene la obstinación, el endurecimiento y la limitación. Seguir a la letra una conducta prescrita es el sucedáneo de un cambio espiritual.

En último término lo que produce el endurecimiento es el miedo al problema de la contradicción y polaridad. Se tiene miedo del hermano molesto (el contrario reprimido) y no se le quiere reconocer. No puede haber más que una sola verdad y pauta de comportamiento, pues de lo contrario no se tiene ninguna defensa contra la ruina que amenaza y es no solamente rastreada en la propia persona sino en todas partes.

La otra reacción ante el problema de la contradicción es el echar por la borda los valores que hasta el momento de la crisis tuvieron vigencia. En el momento que aparecen como error las convicciones presentes, falsedad en vez de verdad, odio donde había amor, se abandonan los ideales vigentes y se intenta seguir viviendo en contradicción con el anterior Yo.

«Cambios de profesión, separaciones, mutaciones religiosas, apostasías de todo tipo son los síntomas de este movimiento pendular hacia lo contrario.»

Se cree que por fin se puede vivir lo reprimido. Pero en lugar de integrarlo se cae víctima de lo no vivido y se reprime lo hasta entonces vivido. Así permanece la represión y solamente cambia de objeto. Con la represión continúa la perturbación del equilibrio. Se sucumbe al error pues un valor opues-

to ha abolido el valor que hasta entonces tuvo vigencia. Pero ningún valor ni ninguna verdad de nuestra vida se puede negar sin más con su contrario sino que más bien son correlativos.

«Todo lo humano es relativo porque todo descansa en la interior contradicción o polaridad.» La inclinación a negar los antiguos valores en favor de sus contrarios es tan exagerada como la anterior unilateralidad cuando ante ideales limpios no se tenía en cuenta la fantasía inconsciente que planteaba la cuestión. En la segunda mitad de la vida se trata «no de una conversión a lo contrario sino del mantenimiento de los valores antiguos a la vez que se reconocen sus contrarios».

Integración del anima y del animus

El problema de la oposición se manifiesta en el cambio de la edad en que el varón y la mujer toman los rasgos del otro sexo.

«Especialmente en los países meridionales se constata que en mujeres de edad, aparecen notas masculinas como voz ruda y grave, bigote o rasgos del rostro duros. Y a su vez se dulcifica el aire físico masculino con rasgos femeninos como adiposidad y expresiones blandas del rostro.»

Jung cree, así parece, que lo masculino y lo femenino es como una reserva determinada de sustancias. El varón consume en la primera mitad de su vida la mayor parte de su potencial varonil de tal modo que le queda luego casi solamente sustancia femenina.

Esto se pone de manifiesto en el cambio psíquico del varón y de la mujer en la mitad de la vida:

«¡Cuántas veces sucede, por ejemplo, que el varón entre los cuarenta y cinco y cincuenta años ha perdido sus cualidades de organización y que la mujer se pone los pantalones y abre una tiendecita en la que quizá el varón presta servicios menores. Hay muchas mujeres que despiertan después de los cuarenta años a la conciencia social en general.

En la moderna vida de negocios, especialmente en América, se da muy frecuentemente el caso del «break down», el hundimiento nervioso después de los cuarenta años. Si se investiga cuidadosamente a las víctimas se puede apreciar que lo que se ha hundido es el hasta entonces estilo masculino y ha quedado un varón afeminado. Por otra parte se observa en mujeres del mismo círculo cómo desarrollan en estos años una masculinidad no común y una firmeza de inteligencia que dejan

al corazón y los sentimientos en segundo plano. Muy corrientemente estas mutaciones van acompañadas de catástrofes matrimoniales de todo tipo pues no es muy difícil imaginarse lo que sucede cuando el varón descubre sus sentimientos tiernos y la mujer su inteligencia.»

Jung llama a los rasgos, propiedades y principios femeninos y masculinos *anima* y *animus*. Toda persona lleva en sí ambos. En la primera mitad de la vida desarrolla más sólo una parte mientras que la otra queda reprimida en el inconsciente. Si el varón acentúa sólo su masculinidad, el *anima* se retira al inconsciente y se manifiesta en caprichos y afectos vehementes.

«El *anima* reprimida refuerza, exagera, falsea y mitologiza todas las relaciones emocionales con la profesión y con las personas de ambos sexos.»

Entre las mujeres, el *animus* reprimido se manifiesta en opiniones tenaces. Estas opiniones descansan sobre presupuestos inconscientes y por eso no se dejan conmover. Son principios intocables, opiniones incuestionables.

«En las mujeres intelectuales el *animus* proporciona argumentos y razones intelectuales y críticas que esencialmente consisten en con-

vertir un punto secundario y débil en absurda cuestión capital. También una discusión clara en sí se convierte en embrollo sin salida por traer a colación un extraño y, a ser posible, sesgado punto de vista. Tales mujeres, sin saberlo, consiguen con ello enojar a los varones con lo cual arruinan tanto al *anima* como al *animus*.»

Si el varón no admite sus rasgos femeninos como son sus sentimientos, lo creativo y delicado, entonces los proyecta en las mujeres y así le fascinan. La proyección produce siempre fascinación. Así el enamoramiento de los jóvenes que va acompañado de tan fuertes emociones está siempre unido a la proyección.

En la segunda mitad de la vida se le pide al hombre que abandone la proyección. Debe confesarse y decirse que todo lo que a él le atrae de la mujer lo lleva en sí mismo. Esta confesión no es fácil para un varón celoso de su varonía. Jung piensa que se necesita gran fuerza y penosa sinceridad consigo mismo «para reconocer las sombras, aquí me refiero al trozo gemelo, y que el varón acepte el *anima*, por otra parte trozo maestro. No muchos lo logran».

Jung indica diversos caminos para la confrontación con el *anima*. El primer paso está en que yo

no reprima mis humores, afectos y emociones ni esquivándolos con una ocupación ni desvalorizándolos, ni excusándolos como si fuesen debilidades. Debo considerar atentamente este «mecanismo de rechazo y desvalorización» y tomar en serio las manifestaciones del inconsciente en los humores y afectos. Debo comenzar un diálogo con los humores. Debo dar ocasión así al inconsciente a expresarse y a subir a la consciencia. En la medida en que yo pregunte a los afectos lo que me dicen y adónde me quieren señalar los deseos y proyectos, en esa medida consiento en darle la palabra al *anima*.

Esta conversación con los propios sentimientos y estados de ánimo y en ellos con el propio inconsciente es para Jung una técnica importante para la educación del *anima*. Otros caminos son el desarrollo consciente de las fuerzas del sentimiento, de la sensibilidad artística que todo el mundo tiene.

Lo inconsciente que se le aparece al hombre en su *anima* no carece de peligros. Puede no sólo llevar inseguridad a lo experimentado en el mundo consciente sino también pasar la cuenta y enredar. Por eso el hombre necesita de protección para poder encontrar a su inconsciente de un modo que le sea útil. Esta defensa, según Jung, se la ofrece la religión con sus símbolos.

La religión recoge lo intuitivo y lo creador del *anima* y es para el hombre como una madre que le da la vida, como una fuente abundante de la que puede beber y le mantiene vivo y creador.

La religión proporciona al varón el cobijo que busca junto a su madre, pero le libra a la vez del lazo infantiloides con ella. Cuando el hombre queda unido a su madre, según Jung, y entregado a sus afectos corre peligro su salud psíquica.

El lazo con la madre es frecuentemente inconsciente y se manifiesta en la proyección de su *anima* en la mujer que para él toma el papel de madre. Ciertamente el varón en la mitad de su vida, cuando brota el inconsciente con toda su imprevisibilidad, busca defensa y cobijo. La angustia ante lo desconocido del inconsciente le hace buscar protección en la mujer. Y esta angustia presta a la mujer un poder ilegítimo que satisface seductoramente su instinto de posesión.

La religión es para Jung un medio eficaz para experimentar en sí mismo la fecundidad del *anima* y proteger de la fascinación a la que puede llevar la proyección de la propia *anima* hacia mujeres concretas. Al mismo tiempo, la religión hace experimentar al hombre las fuerzas fecundas y creadoras del *anima*, que son necesarias para su vivacidad.

Pues sin las fuerzas del *anima*, el hombre pierde vivacidad, flexibilidad y humanidad:

«Aparece por regla general endurecimiento precoz cuando no frialdad, actitudes estereotipadas, unilateralidad fanática, amor propio, espíritu de «cruzada» o lo contrario: resignación, cansancio, negligencia, irresponsabilidad y finalmente un «ramollissement» pueril con inclinación al alcohol.»

Lo que el varón tiene que aprender a hacer con su *anima*, la mujer lo tiene que aprender a hacer con su *animus*. Debería usar el *animus* como puerta de entrada a su propio inconsciente y como posibilidad para aprender a conocer mejor su inconsciente. Cuando sus opiniones no sean sólidas ni se basen en convicciones firmes, la mujer debería investigarlas críticamente y averiguar su procedencia. Así es como podrá descubrir los presupuestos inconscientes de sus opiniones, aparentemente fundados en la razón. De este modo, el *animus* se convierte en puente hacia el inconsciente en el que se encuentran las fuerzas creadoras que son necesarias para alcanzar el «sí mismo» (Selbst).

En lo que se refiere a la integración del *animus*, la religión tiene una función distinta en la mujer que en el varón. Para la mujer las exigencias ascéticas y morales son importantes para salir desde su ser

maternal, cobijante y protector y llegar al empeño práctico y a la responsabilidad. El *animus* tiene que conformar al *anima*, el espíritu exigente del padre ha de fecundar al *anima*. La religión puede prestar al *anima* forma y figura en las que la vida de la mujer pueda desarrollarse y crecer.

Por otra parte, la comunidad es una ayuda para la integración del *anima* y el *animus*. La comunidad puede tanto ofrecer como exigir y configurar el cobijo. El que se cierra a la comunidad se separa del torrente de la vida. Jung ve el encubrimiento de los afectos y su desvaloración como causa del cerrarse a la comunidad. Por ello la soledad y el aislamiento no son en última instancia un problema de falta de capacidad de contacto sino una cuestión de humildad. Quien es demasiado orgulloso para abrirse a sus prójimos se aísla. El que es lo suficientemente modesto nunca se queda solo. Quien ha construido hacia afuera su persona se deja alcanzar continuamente por las preguntas planteadas por el *anima* y el *animus*. El que se plantea sinceramente sus propias contraposiciones y examina sin cesar sus estados de ánimo y sus opiniones siendo lo suficientemente modesto como para abrirse al otro, tendrá en la comunidad una ayuda eficaz para integrar el *anima* y el *animus* y alcanzar anímicamente el equilibrio.

*Desarrollo del «sí mismo» (Selbst)
en la aceptación de la muerte y
en el encuentro con Dios*

El verdadero problema ante el que el hombre se enfrenta en la mitad de su vida es, en última instancia, su actitud ante la muerte. La curva psíquica de la vida en su declinar marcha hacia la muerte. Sólo cuando el hombre cree en la supervivencia después de la muerte, el final de su vida terrena, la muerte, es un objetivo razonable. Sólo entonces tiene sentido la segunda mitad de la vida en sí misma y también es una tarea.

Para Jung, sobrevivir tras la muerte no es un asunto de fe sino de la realidad psíquica. El alma encuentra razonable el hecho de la muerte. En la medida en que se dispone a ello permanece sana.

En la mitad de la vida, el hombre tiene que familiarizarse con su muerte. Tiene que hacer consciente el descenso de la curva biológica de su vida para dejar ascender su línea psicológica en dirección a su individuación.

Jung afirma: «A partir de la mitad de la vida permanece solamente vivo aquel que quiere morir con la vida.» La angustia ante la muerte la ve Jung en relación con la angustia ante la vida:

«Así como hay un gran número de hombres jóvenes que, en el fondo, tienen un angustioso pánico ante la vida y que, sin embargo, la desean vivamente, hay también muchos hombres mayores que sufren el mismo temor ante la muerte. Tengo la experiencia de que jóvenes que temían a la vida sufren más tarde angustia hacia la muerte. Si siendo jóvenes, presentan resistencias pueriles ante las exigencias normales de la vida, cuando sean viejos tendrán angustia ante una de las normales exigencias de la vida. Si se está tan convencido de que la muerte es simplemente el final de una carrera, que es una regla sin excepción se comprenderá la muerte como la meta y el cumplimiento, como se hace sin más con los objetivos y perspectivas de la vida juvenil ascendente.»

La vida tiene una meta. En la juventud esa meta consiste en que el hombre se establezca en el mundo y alcance algo. Con el paso a la segunda mitad de la vida el objetivo cambia. No está ya en la cumbre sino en el valle donde comenzó la ascensión; ahora se trata de ir hacia ese objetivo. El que no hace esto, el que se agarra crispado a su vida, pierde la relación de su curva vital psicológica y biológica. «Su conciencia está en el aire mientras que en el interior la parábola desciende cada vez con más velocidad». La angustia ante la muerte es fi-

nalmente un «no querer vivir». Pues vivir, permanecer vivo, sólo puede realizarlo quien acepta la ley de la vida que se dirige hacia la muerte como a su meta.

En lugar de mirar hacia adelante, a la meta de la muerte, muchos miran hacia atrás, al pasado. Mientras deploramos que un hombre de treinta años mire nostálgicamente a su infancia y permanezca pueril, la sociedad actual admira a hombres viejos que tienen aspecto juvenil y se comportan como jóvenes. Jung llama a estas actitudes:

«Descalabros psicológicos de la naturaleza, perversos e incongruentes. Un joven que no lucha y vence ha derrochado lo mejor de su juventud y un viejo que ante el misterio de los arroyos que descienden sonoros de la cumbre no sabe escuchar es un sinsentido, una momia espiritual, no es nada más que un pasado anquilosado. Permanece fuera de su vida repitiendo maquinalmente hasta la más superficial de las vulgaridades. ¡Qué clase de cultura es la que necesita tales fantasmas!»

Un signo típico de la angustia ante el futuro en el viejo es el aferrarse al tiempo de la juventud. Jung pregunta:

«¿Quién no conoce a esos conmovedores

hombres mayores que evocan constantemente sus tiempos de estudiantes y que solamente en esa memoria de sus heroicos tiempos homéricos pueden encender la llama de la vida, pero que por lo demás están acartonados en un filisteísmo sin esperanza?»

En lugar de prepararse para la vejez se vuelven a la eterna juventud que, según Jung es «un lamentable sucedáneo de «la iluminación del sí mismo» exigencia de la segunda mitad de la vida.

Los hombres de hoy no se preparan en la primera mitad de su vida para lo que les espera en esta etapa segunda. Según Jung la causa es que tenemos escuelas para jóvenes, pero no para cuarentones donde les deberían enseñar a afrontar la segunda mitad de la vida. Desde antiguo las escuelas eran las religiones que preparaban a los hombres para el misterio de la segunda mitad de la vida.

Jung no tiene ahora otra escuela que ofrecer que las religiones porque conducen por encima de la autoafirmación a un ámbito en el que el hombre verdaderamente llega a ser hombre.

Según Jung el hombre solamente puede desarrollar su «sí mismo» cuando experimenta en sí lo divino. La idea de Dios en nosotros, como dice San Pablo: «No vivo yo, sino Cristo es el que vive en

mí» expresa, para Jung, la experiencia del hombre que se ha encontrado a sí mismo. La mitad de la vida es la ocasión para dejar el pequeño yo y abandonarse en Dios. Quien rehúsa la entrega a Dios no encuentra su propia totalidad y en último término tampoco su salud anímica. Así, para muchos hombres el problema verdadero de la segunda mitad de la vida es una cuestión religiosa.

Dice Jung:

«De entre todos mis pacientes que habían pasado la mitad de la vida, es decir, de más de treinta y cinco años, no había ninguno en que el problema decisivo no fuera su actitud religiosa. Ciertamente todo el mundo se pone enfermo por lo que ha perdido y esto es lo que las religiones vivas han dado en todos los tiempos a sus creyentes. Por otra parte, nadie se cura de verdad si no logra recuperar su actitud religiosa, asunto que naturalmente no tiene nada que ver con una confesión determinada o la pertenencia a una iglesia.»

Para el encuentro con la imagen de Dios, necesaria para la salud psíquica, Jung ofrece al hombre los mismos medios y métodos que los autores espirituales. Habla de sacrificio por el que el hombre se entrega a Dios y en el que ofrece algo de su Yo para ganarse a sí mismo. La introversión que

Jung exige a los hombres en la mitad de la vida se realiza en la meditación y la ascesis. Soledad y ayuno voluntario son para Jung «los medios conocidos desde antiguo para proteger aquella meditación que debe abrir el paso al inconsciente».

Esta entrada en el inconsciente, profundización en sí mismo, significa renovación y nuevo nacimiento. El tesoro del que habla Cristo, está en el inconsciente y solamente los símbolos y medios de la religión hacen al hombre capaz de descubrir ese tesoro. Así como Cristo en su muerte bajó al Hades, el hombre tiene también que pasar por la noche del inconsciente, por el descenso a los infiernos del autoconocimiento para con la fuerza del inconsciente volver a nacer.

El resultado de la experiencia de los hombres, que pasan por las crisis de la mitad de la vida y que se dejan transformar por Dios en esas crisis, la resume Jung así:

Esos hombres «se encontraron a sí mismos, supieron aceptarse a sí mismos, fueron capaces de reconciliarse consigo mismos y por ello se reconciliaron también con las circunstancias y los acontecimientos contradictorios. Esto es casi lo mismo que antiguamente se dijo: Ha hecho las paces con Dios, ha ofrendado

su propia voluntad como sacrificio al someterse a la voluntad de Dios».

El renacimiento espiritual, el dejarse transformar por Dios, es la tarea de la segunda mitad de la vida. Una tarea llena de riesgos, pero también llena de promesas. Exige menos conocimientos psicológicos y más lo que llamamos piedad. Es la disponibilidad para volverse hacia el interior para oír al Dios que está en nosotros.

El hombre desde la mitad de su vida debe — así lo exige Jung— dedicarse con todas sus fuerzas espirituales a la tarea de «ser-sí-mismo». Una tarea que no podemos realizar por nuestras propias fuerzas sino que solamente podemos alcanzar *concedente Deo*.