

En: M.A. Noblejas, A. Ozcariz y M. Rodríguez (Comp.). La búsqueda de sentido en el siglo XXI. Madrid: Asociación Española de Logoterapia. ISBN: 84-611-0284-3.

HISTORIAS HASÍDICAS APLICABLES EN LA LOGOTERAPIA

David GUTTMANN

(Traducido del inglés por Ana Belén Fernández Fernández
y Maribel Rodríguez Fernández)

Según el Midrash, o las explicaciones del libro del Génesis en la Biblia, cuando Adán y Eva fueron expulsados del Jardín del Edén por su pecado, Dios tuvo clemencia de ellos. Decidió hacer algo para aliviar su sufrimiento. Entonces tomó una gota de su infinita sabiduría y encargó a un ángel bajar a la tierra y dar esta gota a la primera pareja humana. Pero, desgraciadamente, parece que incluso en aquellos días había algunos accidentes de tráfico; por algún motivo el ángel dejó caer el regalo de Dios desde muy arriba y éste se rompió en miles de fragmentos. Y ahora es tarea de cada ser humano recoger tantos trozos como sean capaces él o ella para vivir en la infinita sabiduría de Dios. Yo también he recogido tanta como he podido, para compartirla con vosotros, de las obras de grandes eruditos y sabios y he añadido un poco de la mía. Y os la presento con gran placer ya que yo siempre uso historias hasídicas en mis clases de trabajo social y logoterapia.

"Mi padre", escribió Elie Wiesel (1972), "un espíritu iluminado, creía en el hombre. Mi abuelo, un ferviente Hasid, creía en Dios. El uno me enseñó a hablar, el otro a cantar. Los dos amaban las historias. Y cuando yo cuento la mía, oigo sus voces. Susurrando desde más allá de la tormenta acallada, ellas son las que unen al superviviente a su memoria. El que cree en Dios, le cuenta sus historias. El otro, que no cree, debe contar las historias a sus niños, al género humano y a sí mismo" (Wiesel, 1972, p. 2).

Esta presentación se centrará en las enseñanzas hasídicas que se pueden aplicar en logoterapia. Los cuentos e historias hasídicas comprenderán el principal contenido de la presentación. Su relevancia para el logoterapeuta es particularmente importante en nuestros días en los que los valores tradicionales se están desmoronando y somos arrojados a un mundo de terror y de caos - buscando desesperadamente encontrar un ancla, unas bases espirituales y filosóficas que puedan proporcionar seguridad, fuerza y serenidad y

con un sentido renovado de compromiso con los ideales humanísticos y democráticos de nuestras profesiones elegidas libremente.

Antes de embarcarnos en nuestro periplo por el hasidismo y la enseñanza hasídica, es precisa una corta descripción de estos dos conceptos. El hasidismo es un movimiento religioso judío popular que agrupa a cientos de miles de judíos por todo el planeta. Sus principales centros están en Estados Unidos de América y en Israel. Este movimiento se originó en Europa del este. Fue fundado por el famoso rabino Israel Ben Eliezer (1700-1760), en hebreo Baal Shem Tov, "Poseedor del Buen Nombre", en la década de 1730 y se extendió rápidamente por toda Europa del Este, desde donde pasó a los demás continentes en los siglos XIX y XX.

¿Qué es el Hasidismo?

El hasidismo es un movimiento judío de renovación espiritual que surgió a partir de una situación de pobreza y persecución de los judíos. El hasidismo representó un cambio de valores en la comunidad judía al situar la oración, el éxtasis, la narración de cuentos y la santificación de la vida diaria a la par que los estudios del Talmud. El hasidismo se construye sobre la vida religiosa judía. Enfatiza la superioridad del alma sobre el cuerpo. Sus enseñanzas pretenden cambiar las circunstancias de la vida cotidiana cambiando la actitud de las personas hacia el mundo y hacia sí mismas.

El hasidismo representa la continuación de la Cábala, el acercamiento místico del judaísmo a Dios y al universo que se atribuye al "Holy Lion", el rabino Aryeh Lurie, que vivió en el siglo XVI en la ciudad de Safed y cuya filosofía consitituyó las bases del hasidismo. El misticismo del "Holy Lion" puede ser visto como un anhelo del corazón humano de conectar con las fuentes primeras de su existencia. "El libro de Esplendor", o "Zohar" en hebreo, es el texto central en el estudio del Cábala.

Algunos eruditos otorgan la autoría de este libro al rabino Shimon Bar Yochay, que vivió durante la ocupación romana de la Tierra de Israel en el siglo II. Otros piensan que fue escrito en el siglo XIII por el rabino Moshe Leon en España.

La filosofía del "Holy Lion" esperaba conseguir la respuesta al trauma de la expulsión de los judíos de España en 1492, el mismo año en que Colón descubrió América. Esta expulsión fue un gran desastre para el pueblo judío en

sentido material y espiritual. La aparición de falsos Mesías se sumaba al dolor y generaba serias dudas sobre la existencia de Dios entre los judíos.

La Cábala daba explicación y sentido al trauma psicológico y al sufrimiento de las personas señalando que si la realidad es imperfecta, el individuo también lo es. La Cábala también ha enseñado que el ser humano es espiritualidad encarnada en el cuerpo y que éste es sólo el ropaje y no la totalidad del ser humano.

En el Cábala, la psique humana tiene cinco nombres que son como cinco peldaños de una escalera. Cada uno contiene al anterior. El peldaño más alto es la “unidad”, en la cual están presentes todas las otras cualidades del alma. El hombre puede alcanzar los peldaños más altos a través de trabajo duro y estudio. En la psicología moderna, Maslow y Rogers construyeron sus teorías –aún sin una intención real- sobre bases de la Cábala. Dijeron que el ser humano se dirige hacia alguna necesidad de realización o sentido. En la teoría de Maslow de la motivación humana, hay una escala de necesidades y el peldaño más alto en esta escala es la “auto-realización”, pero Frankl rechazó esta idea y ha afirmado que la “auto-realización” no es el objetivo real, sino una consecuencia de encontrar sentido a la vida.

Lo que el hasidismo deseaba descubrir era el secreto de la existencia individual, no el secreto del universo, como en la Cábala. El hasidismo afirma que el “arriba” y el “abajo” que representan el cielo y la tierra no son cosas separadas. Todo está “aquí y ahora”, filosofía existencial precedente de hace cientos de años. El hombre puede encontrar al divino dentro de sí mismo. El hasidismo mantuvo que la oración sin la exaltación emocional del alma no puede contribuir en nada a la “unión con Dios”, la auténtica creencia en la tradición mística.

Líderes y seguidores

Los Hasids se dividen en “cortes” dirigidas por “Tzadikim” o líderes. El fundador Baal Shem Tov fue el primer Tzadik. Según sus discípulos, él solía viajar incluso a pueblos remotos para dar a conocer el hasidismo y captar nuevos discípulos. Conocedor de sus grandes poderes en el cielo así como en la tierra, fue un líder carismático cuya vida y cada uno de sus movimientos y dichos han sido contados una y otra vez en cientos de anécdotas, historias y obras literarias. También se cree que fue capaz de restaurar en los individuos

un sentido de lo sagrado y la confianza en sus lazos con la comunidad (Wiesel, 1995, p. 208).

El gozo, el canto, el baile y especialmente la “unión” y el entusiasmo por mantener el estudio de lo religioso, los rituales y la tradición fue lo que caracterizó al hasidismo desde sus comienzos. El Tzadik, que quiere decir hombre recto, era la personificación del entusiasmo para la comunidad. El ser miembro no se limitaba a una clase social o a un grupo de seguidores, sino que era posible para cualquiera. En el hasidismo se solía viajar a grandes distancias para estar con sus líderes en las principales fiestas judías. Esta tradición está aún hoy en auge.

El Tzadik representa un ideal de perfección moral, social y religiosa, de aquél que vive por su fe y a quién Dios responde. Su relación con la comunidad se basa en la confianza y lealtad mutuas. Ayudar a otros es otra característica del hasidismo. Ayudar a los miembros necesitados de la comunidad y a otras personas necesitadas en general es un rasgo destacado del hasidismo. Los líderes religiosos de la comunidad hicieron un acercamiento realista y concreto hacia sus discípulos. Ellos cuidaban realmente del bienestar, sustento, salud y vida familiar de sus seguidores.

El Hasid es aquel que actúa dentro del amor, con ternura. La palabra Hasid deriva de “hesed” que en hebreo significa gracia. El ideal del Hasid se basa en las once características de “el fiel” o “el amante de Dios” de las Escrituras más tempranas. El salmo número 15 afirma lo siguiente:

“Señor, ¿quién puede morar en tu tienda, quién puede morar en tu sagrada montaña? El que vive sin culpa, el que actúa honradamente, el que habla de la verdad de su corazón, cuya lengua no dice mentiras, el que no hiere a su prójimo o sufre el reproche por sus actos de su vecino; para el cual una persona vil es detestable; el que honra a aquellos que temen al Señor, el que mantiene su juramento aun cuando le produce desventaja, el que nunca presta dinero por interés o ha aceptado un soborno en contra de un inocente” (Salmos 15: 1-5)

La historia hasídica

Entre los cientos de historias hasídicas incluidas en la literatura, uno puede diferenciar tres tipos: 1) las historias contadas por el Tzadik para ilustrar un pasaje difícil en las Escrituras y enseñar a los discípulos a adorar a Dios o a relacionarse con sus prójimos; 2) las historias contadas por los discípulos

sobre sus Tzadiks o Maestros, y 3) las historias que se han mantenido a lo largo del tiempo en el folklore y las anécdotas que se introdujeron en la literatura hasídica. El movimiento hasídico elevó las historias a los niveles más altos. Sus temas son el amor a la humanidad, el optimismo y la fe ilimitada en Dios. Contienen una mezcla de elementos populares y un ingenio sofisticado. Grandes escritores como Kafka, Buber, Agnon y otros, encontraron en las historias hasídicas expresiones de belleza moral y una verdad mística profunda en las vidas de los pobres y de los sencillos.

Las historias hasídicas cumplen un papel importante en la enseñanza. Están en contradicción directa y son una alternativa al método explicativo durante los estudios y la educación. Los rabinos hasídicos no moralizaban ni predicaban. En lugar de esto, contaban historias y éstas influían en los creyentes. Viktor Frankl usó el mismo método en logoterapia, en sus libros, conferencias y artículos. **Las historias le hablan al corazón, pues el corazón es la sede de la sabiduría, y lo que sale del corazón llega al corazón.**

La siguiente historia contada por el rabino Israel de Rizhin a sus estudiantes se ofrece aquí como una ilustración:

Cuando el Baal Shem Tov tenía un problema difícil que le planteaba uno de sus discípulos y no sabía cómo resolverlo, solía ir al bosque a un lugar conocido. Y el encendía un fuego y rezaba con gran intención y conseguía ayuda. Su discípulo, el rabino Jacob Josef, olvidó el camino hacia el bosque pero conocía la oración y la intención y éstas le ayudaron. Y su discípulo, el rabino Jacob Yitzhak, olvidó incluso la oración pero conocía la intención – y esto le ayudó. Y aquí estoy yo, no conozco el camino hacia el bosque y no sé encender el fuego, y también olvidé la oración y la intención, y sólo recuerdo la historia – y esto también ayuda.

¡Las historias pueden ayudar! El hasidismo se opone a la idea de que es posible corregir al mundo y al hombre mediante la ciencia y la tecnología y rechaza como apropiados los enfoques cognitivos y conductistas para la tarea de “ordenar el alma de uno”. **El hasidismo mantiene que la verdad debe estar sujeta a una prueba real, la prueba de la realidad y de la vida.** Hay una base dialéctica en el hasidismo que permite cuestiones incluso sobre el poder infinito y la sabiduría de Dios. Para ilustrarlo:

Ante el rabino Mendel de Kotzk se presentó un Hasid y le dijo :

“Rabino, he tenido algunos pensamientos que me perturban últimamente”.

“¿Cuáles son?”, preguntó el rabino.

“Me da miedo mencionarlos.”, dijo el Hasid.

“No importa”, dijo el rabino, “cuéntame”.

“A veces pienso que no hay ley ni juicio”, dijo el Hasid.

“¿Qué es lo que te preocupa de ello?, replicó el rabino.

“Pero si no hay ley ni juicio, gritó el Hasid, entonces no hay propósito en la vida y en el mundo.”

“Y si no hay propósito en la vida y en el mundo, ¿qué es lo que te importa?”

“Si el mundo no tiene finalidad”, replicó el Hasid, “entonces la Torah no tiene sentido, la vida no tiene sentido, y esto, rabino, a mí me importa mucho.”

El rabino Mendel le dijo a su discípulo: “Si te importa tanto, entonces eres un judío decente y a un judío decente se le permiten tales pensamientos.”

En el hasidismo lo que realmente importa es el proceso por el cual uno puede acelerar la llegada del Mesías. Su llegada salvará al mundo del caos y corregirá y reparará todas las faltas del mundo. Pero hasta su llegada nosotros tenemos que comprometernos en este trabajo.

Un judío en el hasidismo es una historia sin final. Él siempre está en el camino. Éste es idealmente el camino por el que los Tzadikim caminan, el camino hacia Dios, el camino correcto. El hasidismo debe responder a la pregunta que Dios le formuló a Caín tras matar a su hermano Abel: “¿Dónde estás tú? ¿Dónde estás tú en tu mundo? ¿Qué has hecho hasta ahora con tu vida?”.

Incluso durante el holocausto, cuando los judíos europeos eran destruidos sistemáticamente, continuaron generando magnificas historias. **Los cuentos hasídicos tienen su propio poder que ninguna calamidad puede destruir.** Durante el Holocausto el hasidismo continuó creando historias y cuentos en los ghettos, en lugares ocultos y en los campos de concentración. Incluso entonces, el hasidismo no perdió sus valores, su fe en la humanidad, e intentó adaptarse a la situación de destrucción y muerte de millones de víctimas inocentes.

Una ilustración del poder de un cuento es la historia llamada “Buenos días, Herr Muller” en la cual el hombre de las ‘SS’ a cargo de la fila de selección reconoce a un rabino, un conocido de antes de la guerra que solía saludarle con “Buenos días, Herr Muller”. Ahora este asesino que envía a miles de personas a la muerte con un movimiento rápido de su dedo, manda al rabino a la derecha, a la vida, aun cuando sea solo por un tiempo. El rabino, como superviviente del Holocausto, ve en este desliz de Muller, aunque sólo sea durante por un momento, un desliz en lo humano y concluye que saludar a otro ser humano es una práctica humana que merece la pena. Un hombre siempre debe saludar a su prójimo. La fe y la tradición del rabino le proporcionan vínculos históricos y normativos con el mundo del pre-Holocausto y el mundo

post-Holocausto”, dice Eliach, autor de “*Cuentos Hasídicos del Holocausto*” (1982, p. XIX).

Las enseñanzas hasídicas, como señalé anteriormente, están basadas en historias, no en exhortaciones, contadas por o atribuidas a uno de los rabinos hasídicos. Estos rabinos eran o discípulos o parientes del Baal Shem Tov o sus descendientes. Cada uno de los Maestros hasídicos tenía su propia corte o escuela con un número variado de seguidores. Sus historias cubren una amplia gama de temas sobre el comportamiento humano en un medio social determinado y son, por lo tanto, de un valor incalculable para la educación en logoterapia.

Las historias devuelven a la vida acontecimientos que fueron vividos, recrean tradiciones y permiten al estudiante compartir con otros ideas, acontecimientos y sentimientos. **Según la enseñanza hasídica, todo, incluso una sencilla brizna de hierba, es confiado a un ángel que le manda crecer. La llama divina está oculta en los corazones de todos nosotros.** Nosotros somos como ostras que esconden preciosas perlas. Al igual que la perla en la ostra, nuestros corazones están cubiertos de capas macizas de un material duro que protege nuestra llama divina y la de los demás. Es, por tanto, la tarea de cada ser humano quitar esas capas protectoras para abrir el corazón de él o de ella y permitir que la llama divina prenda fuego en el alma de él o de ella, de manera que él o ella puedan seguir adelante en su luz.

Los tres pilares del Hasidut

La intención, el servicio o trabajo y el entusiasmo son los pilares en los que se apoya la enseñanza hasídica. Su finalidad global es hacer al hasid más íntegro y sintonizar más consigo mismo y elevarles a él y a ella a su nivel más alto de existencia espiritual.

La intención se refiere a comprender que el propósito de todos nuestros actos es lograr la llegada del Mesías (según la enseñanza hasídica). Esto se lleva a cabo cumpliendo los mandamientos, viviendo una vida honrada y atendiendo nuestros deberes en la tierra con una seria intención de hacer lo que es propio y bueno ante los ojos de Dios.

Para ilustrar esta doctrina permitidme citar una historia hasídica contada por el famoso psicoanalista Carl Gustav Jung (1997) en su libro autobiográfico titulado “*Recuerdos, sueños y pensamientos*”.

Un discípulo de un Tzadik le preguntó a su Maestro: “¿Cómo es que hubo una vez personas que vieron a Dios cara a cara y hoy no existen tales personas?”. El Tzadik contestó: “Porque hoy nadie puede reverenciar tan profundamente” (Jung, Ibid, p.447).

El famoso Hasid, el rabino Bunam de Pshishke, dijo que uno debería tener cuidado con cada paso que da en la vida, precisamente como el jugador de ajedrez antes de hacer una jugada. Antes de llevar a cabo cualquier acción, uno debería prever si habrá o no motivo para arrepentirse del paso dado. Frankl ha usado esta misma ilustración al responder a la pregunta de un estudiante sobre la “mejor jugada” en logoterapia.

La siguiente historia sobre el mismo tema se atribuye al rabino Nahum de Rizhin que deseaba enseñar a sus estudiantes cómo lograr la armonía en el trabajo :

Una noche, durante las vacaciones de Hanukah, el rabino fue a la casa de estudio y vio a sus estudiantes jugando a las damas en vez de estudiando. Cuando los estudiantes vieron al rabino se avergonzaron y dejaron de jugar. Pero el rabino asintió con la cabeza con benevolencia y preguntó: “¿Conocéis las reglas del juego?” y como los estudiantes no contestaron el procedió a explicar las reglas: “La primera regla”, dijo, “es que puedes hacer un movimiento en un turno, la segunda, es que sólo puedes mover hacia delante y nunca hacia atrás, y la tercera, que cuando alcanzas la última línea y estás arriba puedes moverte a cualquier lugar que te plazca”. (Buber, 1964, p.26)

Servicio o trabajo significa oración para el Hasid. En un sentido profano el trabajo se refiere a nutrir los aspectos saludables de nuestras vidas, especialmente cuando el objetivo es estar de servicio para otros y no la “auto-realización”, como en la teoría de Maslow.

Según el rabino de Kotzk, **hay tres opciones en la persona que va a realizar una buena acción. Está el que dice “lo haré pronto”, tiene un carácter pobre; el que dice “estoy listo para hacerlo ahora”, que es de calidad media, y el que dice “lo estoy haciendo”, que es digno de elogio.**

Entusiasmo significa literalmente prender un fuego en los corazones de las personas de modo que pueden seguir hacia delante en su luz y calor hacia su únicas metas en la vida. Al Hasid se le pide llevar a cabo sus buenos actos con

entusiasmo. Un entusiasmo sano por la vida es uno de los signos de la actitud hasídica ante la vida. Para ilustrarlo:

Un hasid estaba rezando fervorosamente y con gran júbilo. “Conoce de dónde vienes y adónde vas a regresar: a la tierra llena de gusanos y lombrices”. Un compañero hasid se rió de él y dijo: “Tú necio, ¿por qué estás tan feliz cuando sabes lo que te espera?”. El primer Hasid replicó: “¿Y mientras tanto?”.

Es este “mientras tanto” lo que realmente importa en el acercamiento hasídico a la vida.

Elie Wiesel en su libro “Un judío hoy” (1977) explica la diferencia de entusiasmo en los días del gran rabino de Lublin y en nuestros días: “Tenemos miedo amigo mío, tanto miedo que incluso nuestros sueños ya no son lo que fueron una vez”.

El Hasidismo y la logoterapia enseñan a cómo decir “sí” a la vida. Ambas mantienen que los seres humanos son capaces de trascenderse a sí mismos en situaciones que requieren tal respuesta, puesto que los seres humanos deben ser responsables para hacer frente a las exigencias de la vida. La llama divina puede ser liberada, según la enseñanza hasídica.

Actitud hasídica hacia el cambio

Una ilustración:

“Uno de los jefes oponentes al Baal Shem Tov fue el rabino Jacob Josef de Polnoye quien evitaba constantemente encontrarse con el Baal Shem. Cuando los dos finalmente se encontraron, el rabino Jacob Josef no quería hablar con él, pero el Baal Shem se volvió con calma hacia su oponente y le dijo: Escucha, una vez yo viajé por un camino con tres caballos enganchados a un carruaje: uno marrón, uno gris y el otro blanco. Después de un rato los caballos dejaron de tirar del carruaje y no se movían, incluso cuando el cochero les daba con el látigo. Un campesino se encontraba allí trabajando su tierra. Fui hacia él y me dio un consejo”. “¿Y cuál fue el consejo?” preguntó el rabino Jacob Josef”. “Afloja las riendas” dijo el Baal Shem Tov. Al oír esta historia el rabino Jacob Josef rompió a llorar. Más adelante se convirtió en el primer discípulo importante del Baal Shem.

Esta es una historia de gran profundidad psicológica. El Baal Shem no intentó convencer al rabino de la importancia del hasidismo. En lugar de ello, usó la

historia y dejó que la verdad de la historia hiciese el trabajo. La experiencia emocional es el desencadenante del cambio. El contenido de la historia no se dirige a la mente y no importa si es o no lógica. Lo que realmente importa es el corazón. La historia penetra en el corazón y produce la búsqueda tras el cambio. Cada parte de la historia tiene un significado simbólico, los caballos, sus colores, la voluntad del cochero frente a la voluntad de los caballos, el intento del rabino por controlar la situación del encuentro frente a la calma del Baal Shem; la lógica frente a los instintos naturales y la actitud del campesino. Podemos incluso decir que esta es una historia simbólica sobre dos puntos de vista del mundo: el rabínico y cognitivo que está enredado en leyes y teorías y el hasídico que se es más cercano a la naturaleza y a la vida real.

Una buena historia contada en el momento adecuado en una situación apropiada merece mucho la pena en la psicoterapia. En la perspectiva hasídica sobre la felicidad humana, en una búsqueda compartida por millones y millones de seres humanos, la felicidad es encontrada por aquellos que “caminan por los caminos de Dios”.

Martín Buber, uno de los grandes filósofos y eruditos del hasidismo y autor de muchos libros sobre cuentos hasídicos ha dividido a las personas en general en tres grupos: 1) Los Tzadikim o los “**rectos**”; 2) los “**pecadores**” o “**equivocados**” y 3) los “**malvados**”. Buber ha caracterizado a cada grupo por su relación con la moralidad –según los valores tradicionales y religiosos judíos.

En el primer grupo están aquellos que saben lo que Dios demanda de un ser humano y caminan recto por el camino de Dios. Estos son los “rectos”, aquellos sobre cuyo rostro el espíritu de Dios está brillando. Ellos son una pequeña minoría entre las personas de la tierra.

En el segundo grupo están los “pecadores” o “equivocados”. Ellos saben lo que se exige de ellos e incluso intentan caminar por el camino de Dios, pero tienden a perder su camino de vez en cuando y desviarse de él. Son la mayoría entre las personas de la tierra.

El tercer grupo consiste en los “malvados”. Estos son personas que aún sabiendo lo que se exige de ellos, aún entendiendo el camino de Dios, se pierden a propósito y rehúsan cambiar sus malvadas maneras.

Los “rectos” no necesitan ayuda de nadie. Están seguros de su camino, el camino de Dios, y son los que son felices. Los “pecadores” o “equivocados”

son los que necesitan ayuda, es decir, que necesitan ayuda para volver al camino correcto, mientras que los del tercer grupo los “malvados” son aquellos cuyo camino no les lleva a ninguna parte. Son como la paja que se dispersa por el viento y se pierde.

Cómo estudiar y cómo servir según el Hasidismo

La siguiente historia hasídica contada por el famoso rabino de Kotzk, Menachem Mendel, ilustra no solo el poder de las historias en dar forma a la visión del mundo de uno mismo, sino que también tiene el poder de la “escucha selectiva”. Cuando uno de sus discípulos le preguntó por qué se hizo Hasid él replicó:

“Me hice Hasid porque había un hombre mayor en mi país que me contaba historias sobre lo recto: Él me contó todo lo que sabía y yo escuché todo aquello que yo necesitaba” (Buber, 1995, Vol II p. 315)

Otra historia sobre el mismo tema arroja luz al modo en que un Hasid debería estudiar:

Una vez un estudiante se acercó al rabino Baruch de Medzibosh y le preguntó cómo estudiar el Talmud cuando está lleno de controversias y cada erudito tiene una concepción diferente sobre el mismo problema o asunto. El rabino dijo: Cuando quieras aprender de tu profesor, primero debes unir tu alma a la suya, de este modo aprenderás su verdad como pretendió originalmente.

Logoterapéutica y perspectivas hasídicas sobre el cambio

Cuando uno examina la obra de Frankl encuentra que hay doce caminos que llevan a cambiar la propia actitud hacia la vida y hacia una existencia con sentido. Sus bien conocidos tres “universos de valores” incluyen: **Primero, experimentando algo** tal como la belleza del mundo natural o la música. Este es la vía pasiva. El **segundo camino** lleva a **crear algo** tal como realizar algo con sentido. Este es la vía activa para el cambio. El **tercer camino** es el camino de los denominados “**valores de actitud**” en los que cualidades humanas específicas tales como la “auto-trascendencia” y el “auto-distanciamiento” son dominantes.

El “**crecimiento simbólico**” es el **cuarto camino** para cambiar. Esto se lleva a cabo participando en algún acontecimiento especial, que tiene una influencia sobre el individuo tan grande que cambia toda la comprensión de uno mismo, las metas en la vida y la personalidad.

El **quinto camino** es el camino del **descubrimiento**, cuando uno descubre su ser real, quién es él y lo que desea ser en el futuro.

El **sexto camino** está conectado con el concepto de **libertad**, es decir, cómo usar la libertad de que podemos disponer.

Nuestra conciencia de **ser únicos**, nuestra personalidad única y diferente de la de los demás es el **séptimo camino**, mientras que nuestra buena voluntad de **asumir la responsabilidad** de nuestras propias decisiones es el **octavo camino**. Nuestra **habilidad para superarnos**, por así decirlo, **por un ser amado o un ideal o meta** es el **noveno camino** para el cambio. Este es el camino de la “auto-trascendencia”, como se indicó previamente, mientras que el **décimo camino** es el camino para **cambiar un sentimiento de culpa por una estrategia para la mejora uno mismo** y el arrepentimiento. **Hallar un sentido a nuestro sufrimiento** es el **undécimo camino** y **encontrar el sentido de la muerte** es el **último camino**.

Según Buber, las enseñanzas hasídicas catalogan **seis vías** que están abiertas a un individuo para lograr un cambio deseado:

- 1) examinando nuestros propios corazones;
- 2) encontrando el un camino único en la vida;
- 3) manteniendo una promesa;
- 4) comenzando cualquier cambio por nosotros mismos;
- 5) no estando preocupado por uno mismo y
- 6) entendiendo la posición en la que uno se encuentra a sí mismo.

Éstos se corresponden en gran medida con los doce caminos de Frankl para el cambio.

Las enseñanzas hasídicas enfatizan que **todo cambio comienza con una búsqueda**, pero esta búsqueda no es cognitiva. Primero tenemos que preguntarnos en serio y con franqueza lo que necesita ser cambiado en nuestros corazones. No debemos escondernos de la responsabilidad de cambiar nuestros caminos. Más bien, debemos escuchar la voz de nuestra conciencia, como diría Frankl. Ésta nos dirá el camino correcto a tomar. Cada individuo tiene que encontrar su único camino en la vida, puesto que el individuo tiene la libertad de escoger entre varias alternativas presentes en cada situación o

problema. Frankl dice que el sentido es siempre subjetivo y único para el individuo. No puedes compararlo ni dárselo a otros; tienes que buscarlo. Incluso su libro más famoso se titula “El hombre en busca de sentido”(1962)

La finalidad de una buena terapia es liberar la llama divina en el alma de uno mismo y cambiar el propio camino en la vida. Dos de las seis vías enumeradas antes fueron ya ilustradas con historias hasídicas y, por consiguiente, el resto de esta presentación lo dedicaré a las otras cuatro.

Las enseñanzas hasídicas sobre cómo ser una persona humana suponen el trascenderse a uno mismo en situaciones que requieren tal respuesta. Este acercamiento se corresponde con el dicho de Goethe, que vivió durante el siglo XVIII: “*Si deseas ayudar a alguien que sufre por alguna dolencia o desgracia, no le consideres como está ahora, sino como estará en el futuro, puesto que el hombre tiene la habilidad de superarse a sí mismo*”. Para ilustrarlo:

En una ocasión los discípulos del rabino Levy Itzhak de Berditchev fueron a visitarle y le dijeron que unas personas habían inventado una máquina que podía calentar el mikveh (baño ritual). El rabino miró a sus estudiantes y dijo: “Una vez hubo un mikveh frío pero judíos de corazones cálidos y hoy tenemos un mikveh cálido y judíos de corazones fríos”.

Actitud hacia la salud mental

El hasidismo es realista y abierto en su actitud, incluso para cuestiones sobre la fe y el lugar del hombre en esta tierra. Un líder Hasid podría permitir a sus seguidores que le preguntaran sobre asuntos tanto terrenales como espirituales sin miedo a perder a algunos discípulos. “El individuo no es solamente una pieza de una máquina monstruosa” escribe Elie Wiesel (1972). “Está dentro de su poder el modificar las mismas leyes que le aprisionan... Gracias al Baal Shem, el Hasid descubrió el mundo en toda su imponente majestad y belleza” (Ibid, p.34)

Las enseñanzas hasídicas apuntan a reforzar la fe incondicional en el Tzadik y a través de él en el Señor del Universo. Esta fe y su importancia para una buena salud mental se ilustran con la siguiente historia:

En una ocasión un famoso actor fue a descansar a un rico lugar de veraneo en Nueva York. El propietario del lugar se puso muy contento de ver a una persona tan famosa entre sus huéspedes y le preguntó si sería tan amable de honrar a los huéspedes que

allí había con una interpretación de su texto favorito. El actor aceptó y dijo que recitaría el Salmo 23. El propietario del lugar estaba muy contento. Entre los huéspedes había un viejo cantor que también había sido famoso en otro tiempo y el propietario también le pidió que actuara para los huéspedes. El viejo cantor dijo que también recitaría el mismo capítulo de los Salmos. Por la noche había una gran muchedumbre y el actor recitó el capítulo de los Salmos como correspondía a un actor de su talla y la audiencia rompió en un gran aplauso. Entonces se le pidió al cantor que cantara. Comenzó con una voz débil, temblorosa: "Dios es mi pastor, no temeré al mal..." y cuando acabó su recital hubo un gran silencio, pero todos los ojos estaban llenos de lágrimas.

Una vez concluida la noche un huésped se acercó al actor y le pidió que explicase lo que había ocurrido. Él dijo que cuando el actor interpretó los mismos Salmos todo el mundo aplaudió, pero cuando el cantor hizo lo mismo todo el mundo lloró. El actor miró al hombre y dijo: "Yo creo que lo puedo entender. Ya ves, yo se actuar, pero el cantor conoce al Maestro..."

Otra historia para ilustrar la fe incondicional en Dios es atribuida al rabino Menachem Mendel de Kotzk:

En una ocasión él sorprendió a sus visitantes eruditos con la pregunta: "¿Dónde está Dios?". Ellos se rieron de él. "¿Qué clase de pregunta estás haciendo?", dijo uno de ellos, "¿No sabes que Dios está en todas partes? El mundo entero está lleno de su gloria". "No", dijo el rabino Mendel, "Dios habita donde nosotros le dejamos estar". (Buber, 1995, Vol. II p.327)

Las enseñanzas hasídicas nos exigen que cuidemos del mundo más que estar preocupados sólo por nosotros mismos:

Cuando la hija del rabino Hayim se casó con el hijo del rabino Eliezer, el hijo del primero le confesó a su nuevo cuñado que algo amargaba su corazón, esto es, que él era ya mayor y aún no había expiado suficientemente sus pecados. El rabino Eliezer le contestó: "Mi querido amigo, tú solo piensas en ti mismo. Intenta olvidarte de ti mismo y piensa en el mundo".

La historia es especialmente apropiada para muchas personas mayores que se torturan a sí mismos constantemente sobre sus pecados y transgresiones pasadas en vez de hacer algo valioso por la comunidad y el mundo. En logoterapia la cuestión importante no es cuál es el sentido de la vida, sino más bien, qué es lo que la vida exige de nosotros ahora.

Entender el lugar en el que uno se encuentra a sí mismo es la última de las vías enunciadas por Buber (1976) para lograr un cambio deseado. La siguiente historia nos proporciona una nueva comprensión sobre este asunto:

Sucedió una vez que un joven Hasid se presentó ante su Tzadik un invierno muy frío y le pidió su autorización para convertirse en rabino. El Tzadik le miró seriamente y le preguntó: “¿Qué tienes que mostrarme para tal honor?”. El joven Hasid contestó: “Siempre visto de blanco, sólo bebo agua, ayuno mucho, llevo clavos en mis zapatos, me baño desnudo en la nieve y todos los días recibo diez latigazos en la espalda del guardián de la sinagoga para expiar mis pecados”. En ese momento un caballo blanco entró en el patio, comió un poco, bebió agua del abrevadero y rodó sobre la nieve. El rabino se volvió hacia su joven Hasid y dijo: “¿Ves este caballo? El también se viste de blanco, tiene clavos en sus cascos, come poco, bebe solo agua y recibe más de diez latigazos al día – con todo es solo un caballo”.

El hasidismo rechaza la auto-tortura como medio para obtener mayores niveles de santidad. El hombre debe primeramente permanecer fiel a su yo más íntimo y más verdadero. No puede ayudar a otros si se niega a sí mismo. “Un judío que rechaza sus orígenes, a sus hermanos, para hacer una supuesta contribución al género humano, traicionará finalmente al género humano. Esto es verdad para todos los hombres” (Ibid, p.32) y es igualmente cierto para todas las demás personas que desempeñan profesiones de cuidado y de ayuda. Wiesel afirma que toda la conceptualización hasídica está reflejada en la siguiente anécdota:

“¡Cuidado! Tu cochero es peligroso y malvado”, dijo el Baal Shem a uno de sus seguidores, “Yo le vi caminar por la iglesia sin santiguarse. Si el no ama a su Dios, ¿por qué habría de amarte entonces?”.

Para concluir esta presentación sobre las historias hasídicas para logoterapeutas, permítanme presentar **la Sabiduría hasídica** brevemente:

El rabino Bunam solía decir a sus nuevos discípulos: “Hay algo que no puedes encontrar en ninguna parte del mundo y, a pesar de todo, hay un lugar donde puedes encontrarlo. Y te lo diré: Una vez Eyzik, el hijo del rabino Yekel quien siempre fue pobre y vivió en una casa en estado ruinoso en Krakow, soñó que había gran un tesoro escondido en Praga bajo el “puente negro”.

Después de tener este sueño durante tres noches seguidas viajó a Praga para encontrar el tesoro. Sin embargo, el puente era vigilado día y noche por soldados y él no se atrevía a cavar. Él sólo observaba el puente día tras día hasta que su comportamien-

to les pareció extraño a los soldados. Es por esto que el capitán se fue hacia el rabino Eyzik y le preguntó que a quién esperaba. El rabino Eyzik le contó el sueño que le llevó a ese puente. Cuando el capitán oyó la historia se rió y le dijo: “¡Pobre criatura, estabas deseando viajar tan lejos y en malas condiciones sólo por un sueño! ¡Esto es lo que le ocurre a alguien que cree en los sueños! Yo también podría ir y viajar cuando mi sueño me obligase a ir a Krakow y encontrar allí la casa de un judío llamado Eyzik bajo cuya cocina debería buscar un tesoro. Pero me puedo imaginar que en Krakow muchos judíos se llaman Eyzik y si yo cavase bajo la cocina de cada uno nunca encontraría nada”. El capitán se rió de nuevo. El rabino Eyzik hizo una reverencia, se fue a casa, cavó bajo su cocina, encontró el tesoro y construyó una casa destinada al estudio. (Buber, 1995, p.279).

El tesoro que estamos buscando está siempre cerca, tan solo tenemos que reconocerlo.

David Guttman es doctor en trabajo social, profesor emérito y antiguo decano de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de Haifa en Israel. Ha recibido el ‘Grand Award of the City of Vienna Viktor Frankl Foundation’ por su vida dedicada a la logoterapia y la psicoterapia humanista. Es autor de varios libros, alguno traducido al español.

Referencias

Buber, M. (1964). *The Way of Man According to the Teaching of Hasidism (El camino del hombre según la enseñanza del hasidismo)*. New York. Pendle Hill Publisher.

Buber, M. (1995). *Hasidic Tales (Cuentos hasídicos)*. Budapest. Atlantisz Publisher. Traducido del inglés al húngaro por Peter Racz.

Eliach, Y. (1982). *Hasidic Tales of the Holocaust. From the Torment of the Camps they brought their Tales of Faith, Hope and Love (Cuentos hasídicos del Holocausto. Desde el tormento de los campos trajeron sus cuentos de fe, esperanza y amor)*. New York. Avon Books.

Frankl, E.V. (1962). *Man's search for Meaning: An introduction to Logotherapy (El hombre en busca de sentido: Una introducción a la logoterapia)*. New York. A Touchstone book.

Jung, C.G. (1997). *Memories, Dreams and Thoughts (Recuerdos, sueños y pensamientos)*. Budapest. Europa Publisher. Traducido del inglés al húngaro por Vera Kovacs.

Wiesel, E. (1972). *Souls on Fire (Almas ardientes)*. Nueva York. Random House.