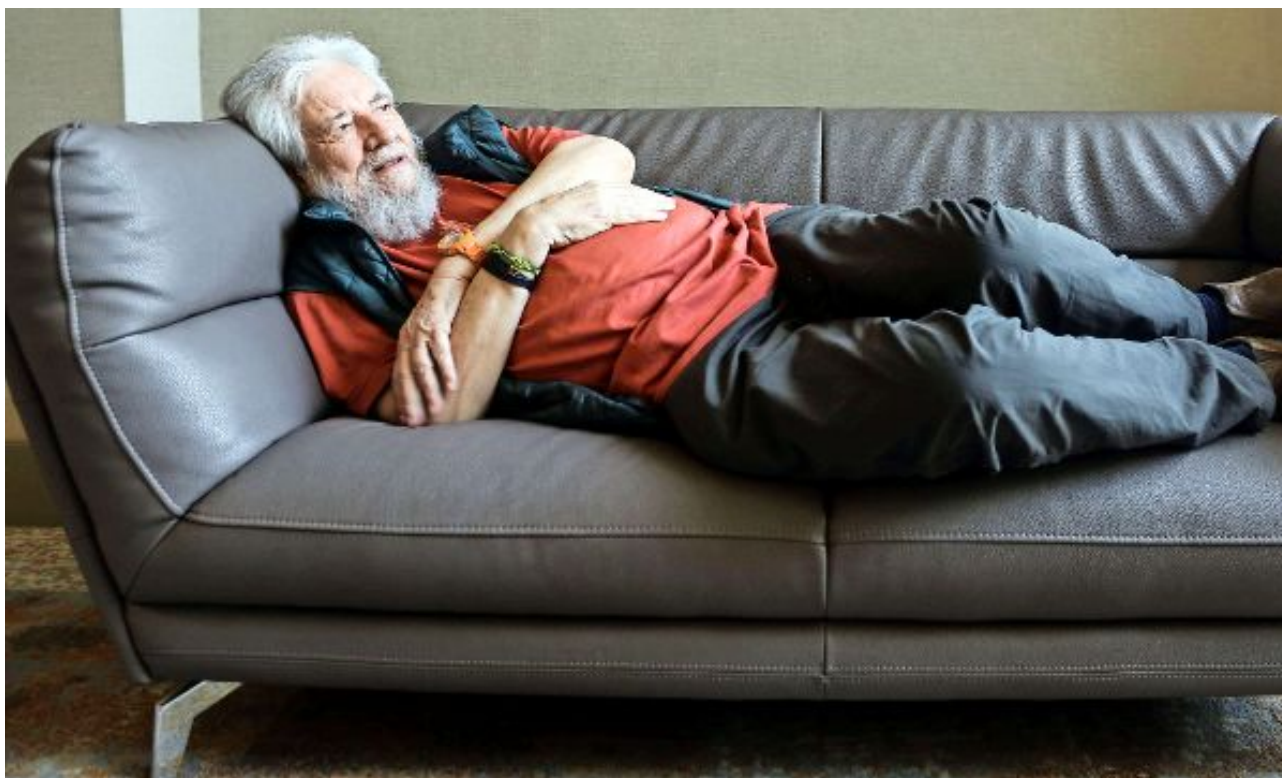


Claudio Naranjo, psiquiatra.
"Hoy no pierdo tiempo, porque vivo con la muerte al lado"



Está en Chile para participar en el congreso Futuro. A sus 85 años, reflexiona sobre su propia vejez y la fatiga de materiales del cuerpo. "Pero yo sigo volviéndome mejor persona por la capacidad de alegría a pesar del cuerpo que se deteriora. No es un don, es algo que he ido aprendiendo".

Empezó como un ligero temblor en la mano izquierda, hace dos años, mientras dictaba una conferencia. Con los meses, el movimiento se fue haciendo más notorio, y contagió también a la pierna del mismo lado. Hoy, sentado en un hotel de Santiago, a pocos días de presentarse como uno de los invitados estrella del Congreso Futuro. Claudio Naranjo tiembla. Pero sólo el cuerpo. Porque la voz ni siquiera le tiritita y sus pensamientos son rápidos como una bala.

"Tengo una enfermedad rara. No es párkinson, porque es unilateral. No es lo que llaman temblor esencial, porque puedo deliberadamente detenerlo", dice, mientras cierra su mano izquierda que ya no tiembla. "Es algo que no está en los libros de medicina. Me han hecho resonancias, y aparece un cerebro notablemente bueno. No se explican qué pasa. Yo creo que es una complicación de lo que en la espiritualidad se llama la kundalini, una energía interna del cuerpo. Esa energía ha estado muy viva en mí, pero puede ser como una olla a presión que ahora se me filtra por un brazo".

- Pero eso no lo pueden ver los médicos.

No. Sólo a través de su gran arrogancia, los médicos pueden creer que saben. Claudio Naranjo también es médico. Aunque no muy convencional. Psiquiatra, ganador de las becas Guggenheim y Fullbright, con posgrados en universidades norteamericanas, doctor honoris causa en varias otras y autor de decenas de libros, a él no le atrae la ruta tradicional. Fue uno de los precursores de las psicoterapias con alucinógenos, que él mismo experimentó. Se convirtió en referente de la terapia Gestalt y la llamada psicología transpersonal, donde no sólo importa la mente, sino también el espíritu. Usó la meditación y la música como herramientas terapéuticas.

Desarrolló un programa de autoconocimiento que aún lo tiene viajando por el mundo con conferencias.

"Comienzo mi año en Berkeley, California. Me instalé en los años 60, tengo mi casa. Allí escribo un par de meses. Luego hago una gira sudamericana, que cada vez es más breve. El segundo semestre voy a España, Italia, Alemania. El próximo año me iré de residente a Udine, en el norte de Italia. Un lugar un poco campesino, una ciudad chiquita, con una prestigiosa universidad. Me conocen mucho.

Cuando fui a abrir una cuenta bancaria, en el banco me rodearon fans. No me consideran un intelectual, sino una especie de Viejo Pascuero. Me gusta que me consideren una persona buena".

El que medita

Claudio Naranjo cumplió 85 años en noviembre. Tuvo una gran fiesta, con 400 personas. Fue en Salento, en el talón de la bota italiana. Una celebración alegre, dice él. Los invitados le escribieron cartas que después se reunieron en un libro para el festejado.

- ¿Cómo lo pilla la vejez, doctor?

Creativo y de buen humor, pero con el cuerpo fallando cada vez más. Me dio un herpes zóster hace poco, que me dejó una pierna con una sensación como si fuera de palo. Está la diabetes, que va dañando más y más el cuerpo con la edad. Y está este temblor aún sin diagnóstico médico.

- Los 85 lo encuentran creativo, de buen humor, pero con fatiga de material.

Eso: fatiga de material. Buena definición.

- Usted ha tenido maestros de distintas espiritualidades: budistas, islámicos, judíos, hinduistas, chamanes. ¿Eso le ayuda a aceptar la vejez?

Supongo que mi desarrollo personal me hace que no esté asustado de la muerte. Hace un par de años soñaba no sólo que me moría, sino que me podría. Los sueños a veces son escuelas: a uno le mandan sueños para que se vaya acostumbrando, para que no se olvide de la muerte en este caso.

Hoy no me preocupa, excepto porque no pierdo tiempo, porque vivo con la muerte al lado.

- ¿Cuál de las orillas espirituales que ha experimentado le sirve más hoy?

El budismo. Tengo un maestro tibetano desde los años 70 en un monasterio en California. La meditación budista me ha servido mucho. Uno desarrolla el desapego. Los seres humanos tenemos adicción a las personas, y eso no es sano. Lo sano es el amor, no el apego. Tenemos una sed de amor crónica, las personas crecen sin sentir que recibieron suficiente amor de niños; esa deuda de amor hace que muchos vivan para presentarse mejor de lo que son o siempre hacen méritos. Hay una falsificación de uno mismo. La meditación a uno lo va dejando tranquilo simplemente son ser: basta respirar, y el resto es por añadidura. La satisfacción está en la existencia misma.

- ¿Medita hasta hoy?

No. Hace años mi maestro me dijo que dejara de meditar. Hay un nivel de desarrollo que se llama la no meditación después que uno ha meditado lo suficiente, hay una meditación espontánea cuando uno duerme o descansa.

- García Márquez dijo: "El secreto de una buena vejez no es otra cosa que un pacto honrado con la soledad".

No se me había ocurrido eso de un pacto con la soledad... A una persona le dije hace poco que viniera a verme, estaba sufriendo de soledad, sus padres se habían muerto el año pasado. Entonces estuve muy cerca del tema, pero yo debo agradecer a la vida que no sufro de soledad. Estoy bien acompañado de amigos muy cariñosos.

El que mira

- Le gusta la música. La usó en sus terapias. ¿Es una buena compañera a los 85?

Funciona como alimento espiritual. A mí me conecta con un mundo superior, me atrae una felicidad que va más allá del momento en que la escucho. La música no es un placer del oído, sino una transmisión de la profundidad de la mente de los compositores. A veces cuando camino escucho música en mi iPod.

- ¿Y qué música escucha?

Las tres B: Bach, Beethoven y Brahms.

- ¿Aún ejerce la vida contemplativa que tanto defiende?

Ya no distingo entre la vida contemplativa y la búsqueda espiritual.

- El inicio de eso fue un quiebre: cuando en la Semana Santa de 1970 su único hijo murió en un accidente. ¿Cuál es su relación con el dolor, con uno inmenso como ése?

Soy poco sensible al dolor. Esta mañana recibí una carta de una amiga que me decía: "Estoy en una época en que todo me conmueve, la muerte de mi gato Tigre, la posibilidad del contacto humano, me conmueve conmoverme". Le contesté: "Me gustaría conmoverme como tú". Tiende a no importarme cuando la gente se muere, siempre me lo he explicado como voluntad de Dios; ¿quién soy yo para cuestionar cuánto debe durar una vida? Cuando murió Tótila Albert, mi mejor amigo, sentí eso: él ya lo hizo todo lo que tenía que hacer. Cuando murió mi madre sentí que no le podía pasar nada mejor.

- Pero la muerte de un hijo no parece tan natural...

Cuando murió mi hijo sí me conmoví mucho. Él tenía 11 años. Parece como una muerte muy prematura. Un accidente de coche, que rodó por un precipicio. Fue el Sábado Santo. Aunque no soy religioso cristiano, para mí hay personas que tienen algo de Cristo. Mi hijo fue así, lo comparaban mucho con el Principito. Tenía una mente así, era también un niño muy bello. Yo sentí que él había venido al mundo justo para hacerme el regalo de ese sufrimiento que nadie más me lo podía dar. Un sufrimiento que me dio la posibilidad de sentir un amor mayor; por eso digo que con su muerte empezó mi camino.

- Bergman dijo: "Envejecer es como escalar una gen montaña: mientras se sube las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, la vista más amplia y serena".

Qué bello. Envejecer a mí me ha hecho bien. Hay gente que cada vez que me ve, me dice: te ves muy bien. Como si algo mejorara, mientras tantas cosas desmejoran. Es la mirada, que es más amplia. Se agranda el horizonte.

Entonces Claudio se queda pensativo. Sobre la mesa frente a él está su café y una porción de empanadas. Aún no es mediodía, pero tiene hambre. La culpa es del cambio de horario. Llegó recién ayer desde Italia.

Me gusta mucho Bergman - dice.

- Wilde también habló de la vejez. Dijo: "Envejecer no es nada; lo terrible es seguir sintiéndose joven".

No sé si envejecer no es nada. Hay gente que envejece bien y otra que envejece mal, que se ponen más locos, más neuróticos, más como decía una amiga: "No quiero envejecer de forma que digan que soy una vieja de mierda". Yo tal vez sigo volviéndome mejor persona, sobre todo por la capacidad de alegría a pesar del cuerpo que se deteriora. No es un don, es algo que he ido aprendiendo. El mismo Wilde lo decía: "Tenemos los pies en el fango, pero podemos mirar las estrellas".