



Maria Pallarès Sans

familia@mariapallares.org

Grün, Alselm. *La Mitad de la vida como tarea espiritual. La crisis de los 40-50 años*. 13 ed. Madrid: Narcea, 2010.

És una lectura ajudadora per afrontar la crisi en la meitat de la vida doncs Grün dóna els indicadors per percebre-la i les pautes per superar-la.

Parteix de l'experiència col·lectiva d'un grup de monjos benedictins del Monestir de Münsterschwarzach que varen haver d'afrontar la sortida del monestir d'un grup d'ells i analitzar-ne les causes. Les reflexions sobre la pròpia vida, la crisi personal a la que s'enfronten, una mena d'apocalipsi individual i alhora col·lectiu, entendre quins són els perquè i els motius dels seus germans de comunitat.

Per treballar el perquè de l'abandonament de la comunitat per part dels monjos, la resta de la comunitat va organitzar unes jornades teològiques per treballar la crisi en la meitat de la vida. Les ponències es varen basar en Tauler i Jung. Aquesta obra és el resum de les jornades. La solució que presenta és vàlida per a tothom.

L'obra té dues parts. La primera, és una reflexió basada en el místic dominic del segle XIV Tauler, deixeble del mestre Eckart. Les reflexions de Tauler en forma de sermons varen ser de gran influència en l'Europa de la seva època. Actualment segueix sent un referent per al moviment meditatiu actual, com diu Carlos Castro en el pròleg de l'obra. El motiu és degut a que ens ensenya a descobrir el Mestre interior.

La segona part, està basada en les reflexions de C.G. Jung, psiquiatra de les darreries del segle XIX i primera meitat del XX. Reflexions a partir de la seva experiència interna. La recerca de la seva pròpia identitat i la del món el porta a la confrontació i acceptació i a deixar-se influenciar per Orient.

Pel que fa Tauler, reflexiona sovint en els seus sermons sobre la significació dels 40 anys. En la primera meitat de la vida ens ocupen d'adquirir i posar en pràctica els coneixements; en la segona part ens dediquem a recollir els fruits i aconseguir la pau. Per a Tauler l'objectiu del camí és arribar al fons de l'ànima, el punt on l' ésser està unit amb Déu. La manera de contactar amb aquesta part més íntima és entregant-nos i lliurant-nos a Déu. Ens lliurem a Ell quan ens deixen buidar en treballar les experiències de la pròpia vida: els errors, els sofriments. Si ens deixem buidar per Déu serem omplerts també per Ell.

Davant la crisi, l'home reacciona de diverses maneres. La primera, fugint. Aquesta fugida pot tenir tres expressions: 1) Es nega a mirar l'interior i situa la responsabilitat fora, als altres. Llavors es projecta el descontentament cap a fora i d'aquesta manera obstrueix amb reformes exteriors l'entrada al fons de l'ànima. 2) Es pot enganxar a exercicis religiosos externs. Només s'ocupa de sí mateix però roman fora, a les coses externes. 3) Recerca de noves formes de vida i es busca la resolució en els canvis de vida. No acceptem el propi "neguit" i per això no es canvia interiorment i es practica una activitat desmesurada.

Una altra reacció és la inhibició i la persona atura el seu desenvolupament endurint les creences, fomentant la queixa i sense avançar. Tauler anomena aquests principis aferrats "ídols" i s'utilitzen per evitar la verdadera trobada amb Déu. Aquesta actitud farisaica de pràctiques externes és deguda a la por per deixar-se transformar per Déu i perquè Déu enderrocara l'edifici en el que han construït les seves creences.



La crisi en la meitat de la vida ens col·loca a l'exigència de l'autoconeixement. És el camí cap al fons de l'ànima. D'entrada, l'autoconeixement és dolorós perquè ens porta a veure i reconèixer tot el que hi ha de negatiu en nosaltres. L'embolcall fins l'interior és gruixut i està molt cobert perquè aquestes persones no han après de les pròpies experiències, tant positives com negatives. S'han petrificat i són molt primmirats respecte els defectes dels altres.

El fet de començar a mirar el nostre interior és ja un indicador que s'inicia l'obertura i l'Esperit actua. Cal col·laborar, deixar-se sacsejar i commoure per l'Esperit per tal d'arribar fins al fons i deixar que Déu actuï en nosaltres. El mètode és deixar que aflorin des del subconscient totes les qüestions i analitzar l'arrel d'on estan construïdes. Una vegada reconegudes i acceptades, hem de procurar deslliurar-nos-en, desafectar-nos d'elles.

Un segon recurs per superar la crisi de la meitat de la vida és la serenitat. Serenitat versus abnegació, no és una pau estoica sinó un segon pas. Viure la presència de Déu amb senzillesa i simplicitat. Viure confiadament perquè un sol no se'n sortirà. Cal fer-ho lentament, sense preses, sense planificacions, sense prioritats, com fèiem en la primera meitat de la vida. Cal lliurar-se a la voluntat de Déu.

Quan ens lliurem a la voluntat de Déu ja no hi ha impediments perquè Ell actuï. Hem de deixar que Ell actuï en el silenci interior. Aquest és l'objectiu de la crisi de la segona part de la vida.

La segona part de l'obra es refereix a l'enfocament que fa Jung de la crisi de la meitat de la vida des de la psicologia que porta a resultats semblants a Tauler. La psicologia dona criteris per distingir les formes sanes de les falses de la pràctica religiosa. L'aportació psicològica de Jung, a diferència de la de Freud basada en explorar la infància per tractar problemes neuròtics d'adult, es basa en trobar els camins per ajudar a l'adult en el moment present donat que la majoria dels problemes de l'home són de caire religiós.

Jung entén per desenvolupament humà el procés d'individualització. Aquest té dues fases: la d'expansió, en la primera part de la vida; la d'introversió, en la segona. La primera part és la de construcció del jo que porta a l'individu a refermar-se i a descuidar les altres dimensions. La construcció de l'autoafirmació l'identifica amb el seu jo conscient. L'inconscient és l'ombra. L'ombra del jo, és a dir, les característiques reprimides, el que la persona exclou, el fa caure en la repressió, la dissociació. Sovint es projecta en els altres totes les propietats i comportaments de l'ombra. El mateix succeeix amb l'ombra col·lectiva en la que hi ha inclòs tot el negatiu de la història de la humanitat.

En la segona part de la vida, el Jo ha de tornar al seu origen, cap a "si mateix". Ha de desenvolupar-se des del Jo al "si mateix". El problema rau en que l'home creu que pot dirigir aquesta segona etapa amb els mateixos principis i mitjans que la primera. La segona etapa és de reducció cap a l'essencial, no ha de ser de dispersió com en la primera.

Els problemes en els que es troba l'individu són:



Maria Pallarès Sans

familia@mariapallares.org

-Rehabilitació de la persona. L'afirmació del Jo en la primera etapa es va fer a "costa" de l'inconscient. Ara aquest inconscient brolla i l'home te inseguretat, perd l'orientació. Llavors ve l'aferrament a la identitat, a la professió, a les ocupacions. És un error. Ara cal escoltar l'interior i dedicar-se al desenvolupament de la personalitat interior.

-Acceptació de l'ombra. Cal integrar les contradiccions, no aferrar-se als anteriors valors; tampoc apostar per viure el què s'havia reprimat perquè es repetiria l'error. Si mantenir els valors antics i reconèixer els contraris.

-Integració d l'ànima i del animus. Desentendre's de l'anterior construcció social derivada de la professió, de d'estatus i retornar a l'interior per desenvolupar la personalitat interior.

La contradicció entre conscient i inconscient, entre ànima i animus; la polaritat és essencial per al desenvolupament de l'home. La integració de la polaritat el porta al desenvolupament de sí mateix.

Les característiques femenines o ànima i les característiques masculines o animus estan integrades en la persona. En la primera part de la vida es desenvolupen unes característiques i les altres es queden reprimides en l'inconscient. En els homes, l'ànima reprimida falseja les relacions emocionals amb les persones i amb la professió. En les dones, l'animus reprimat es manifesta en opinions tenaces, inqüestionables.

Jung reconeix que es necessita molta sinceritat amb sí mateix per reconèixer les ombres i educar l'ànima en el cas dels homes i l'animus en el cas de les dones. La religió és un ajut en aquesta tasca, però amb funcions diferents per a l'ànima i l'animus. També la comunitat pot ser un ajut eficaç per integrar l'ànima i l'animus i aconseguir l'equilibri.

El desenvolupament de "sí mateix" requereix l'acceptació de la mort i la trobada amb Déu. La creença sobre la mort marca l'actitud. Quan es creu en la supervivència després de la mort, aquesta és un objectiu raonable. Aquesta experiència és, per a Jung, una realitat psíquica no un assumpte de fe.

En aquesta etapa hem d'acceptar la mort com la part final de la corba de la vida. L'angoixa per la mort està relacionada amb l'angoixa per la vida. La segona etapa de la vida és l'ocasió per deixar al petit jo i abandonar-se a Déu. La introversió es realitza mitjançant la meditació i l'ascesi. La meditació ajuda a entrar en l'inconscient, en l'aprofundiment d'un mateix. Trobar-se a sí mateix, reconciliar-se amb sí mateix, amb les circumstàncies i amb els esdeveniments contradictoris.

En la segona meitat de la vida l'objectiu és el renaixement espiritual, el deixar-se transformar per Déu, el dedicar-se a la tasca de "ser-sí mateix".

Aquesta obra de Grün esdevé del tot interessant quan s'arriba a la meitat de la vida o en el moment de la jubilació. Quan la societat posa tant èmfasi en ser sempre jove, en la significació de semblar sempre jove, fer-se gran o jubilar-se pot suposar una crisi interior. Què podem fer per aprofitar aquesta segona part de la vida? Podem interpretar que la vida és un regal, una oportunitat per aprendre, per estimar. Vista així la vida hem d'aprofitar-la al màxim i hem de veure quin és l'objectiu verdader d'aquest temps darrer.



Maria Pallarès Sans

Per comprendre la finalitat autèntica de la segona part de la vida i el seu objectiu, us proposo la lectura del llibre d'Anselm Grün. La seva lectura és un regal.

M. Carme Sans Moyà

Barcelona, abril de 2012