



SALUD INTEGRAL II

Esteban: En el encuentro anterior comenzamos con Salvador Dellutri a hablar sobre salud integral y cómo lo orgánico se relaciona con lo espiritual, lo inmaterial y de qué manera eso forma una unidad indivisible que es necesaria cuidar con una higiene adecuada, integrando: alma, mente y cuerpo.

Hoy también tenemos una temática muy relacionada con esto y queremos seguir profundizando cómo podemos vivir mejor y cuidar lo que somos como personas.

Salvador: El problema planteado aquí es complejo y tal vez para presentarlo, tendría que contar una historia de la cual fui protagonista.

Esteban: Para ilustrar la situación.

Salvador: Claro. Había un hombre que estaba muy angustiado, no podía dormir. Tenía palpitations. Decía: "parece que el corazón se me sale del pecho". Él sentía una opresión constante en la boca del estómago y le aconsejé que fuera a un médico. Fue al médico, le dio unas pastillas y el problema pasó. Otro día me lo encuentro y le pregunto "¿Cómo le está yendo con todo esto?" me dijo: "cuando tomo las pastillas no tengo problemas, pero cuando las dejo de tomar, vuelve otra vez lo mismo". No existía una solución definitiva. El médico ante el problema le dio un paliativo, pero en realidad no tenía una dificultad en el cuerpo, tenía un problema que trascendía el cuerpo, emocional, era un problema de demasiado trajín y preocupaciones que provenían de la tarea que desarrollaba, diría más, tenía el alma intoxicada y necesitaba ser limpiada.

Esto lo digo para significar que quitar los síntomas, no implica solucionar un problema, el ser humano necesita soluciones finales. Muchas veces los síntomas desaparecen, pero no hay una "solución definitiva".

Esteban: Claro. La medicación es algo a corto plazo.

Salvador: Exacto. Es como cuando escuchamos a alguno de los que psicoanalizan, dicen: "hace años que me psicoanalizo" y uno le pregunta "pero...¿Tuviste alguna solución?", contestan: "¡No!, pero de todas formas me sirvió para aclarar muchas cosas". Allí tampoco



TIERRA FIRME

LIEBBA LIBWE



hay una solución total. Aprendió a conocer su problema, pero ello no necesariamente significa solucionarlo, se salta una importante etapa en el medio. Por eso surgen terapias interminables, o pastillas que no se dejan nunca, porque los medicamentos y los terapeutas no pueden llegar al final satisfactorio, pues se enfrentan a factores que escapan a la medicina y a la ciencia; agentes que pertenecen a la persona.

Creo que hay un conflicto, que no hemos logrado resolver en el mundo occidental, siempre ha sido motivo de tensión y discusión pero nunca de solución, es el conflicto entre "enfermedad y pecado".

Enfermedad es un término médico, me remite a la ciencia. Objetivamente la enfermedad me dice lo que padezco: se alteran leyes biológicas.

Indudablemente, cuando voy al médico no tengo culpa; le digo: "Doctor estoy enfermo". Decimos "estoy", concebimos a la enfermedad como algo pasajero que debe ser resuelto por el médico. Pero cuando hablamos del término "pecado" nos remitimos a un término moral, remite a Dios, ya no apunta objetivamente al ser humano, sino que lo apunta subjetivamente. Cuando decimos "pecado", significa que se alteraron las leyes morales, entonces tenemos que decir: "tengo la culpa, soy pecador". No podemos, como frente al médico decir: "no tengo culpa, pero estoy enfermo", en este caso, es espiritual, tengo que asumir las responsabilidades en esta área.

La actitud hipócrita en cuanto al tema del pecado, es que a quienes vemos con problemas, siempre están fuera y no, en nosotros mismos. A menudo, esta actitud de quitar las cosas hacia fuera, de hacer que pese sobre los otros, nos perjudica.

Recuerdo que un día los seguidores de Cristo se acercaron a Él y le dijeron al ver a una persona que era ciega de nacimiento: "¿Quién pecó, él o sus padres?", es decir, ¿Quién fracasó en la ley moral?, porque vieron en el otro el problema. Jesús tuvo que señalarles que ni él ni sus padres.

En cierta ocasión también hubo ciertos desastres donde mucha gente había muerto por la caída de una torre, Jesús les tiene que aclarar que ellos no eran más pecadores que los demás hombres; porque muchas veces tendemos a ver el problema del mal y el pecado, con sus consecuencias en los demás y no nos damos cuenta que estamos frente a un tema complicado que nos afecta.

Esto pasa por ejemplo con el tema del VIH Sida. La mayoría de las veces no se expresa en palabras, pero de todas maneras se piensa que los que son portadores de esta enfermedad son más pecadores que quienes no lo son...¿Somos menos pecadores?...Vale la pena la pregunta.



TIERRA FIRME

LIEBBA LEBWE



El asunto es que no queremos ser responsables. Entonces, justificamos el mal, renegamos de la culpa y creemos que todas nuestras enfermedades son únicamente físicas; voy al médico y le digo: "estoy enfermo".

Esteban: Vamos porque un factor externo nos atacó y quitó el equilibrio interno que teníamos.

Salvador: Claro. El asunto es no asumir culpas personales. Es interesante como eso está llegando a nuestra sociedad. Un delincuente comete un asesinato e inmediatamente se habla de las condiciones sociales.

Esteban: Parece que él no tuvo la culpa.

Salvador: Exacto la culpa es de la sociedad. O su falta de educación, entonces la culpa la tiene el Estado que no le dio la educación que correspondía. O la edad, de su inmadurez, si hubiese sido maduro no lo hubiese hecho. De esta manera el sujeto queda excusado...su causa queda fuera. Esto sucede porque nos negamos a admitir la culpa personal que tenemos todos y nos afecta.

Un día le trajeron a Jesús un parálítico y lo pusieron delante de Él para que lo sanara. Jesús entra en acción. Lo primero que le dice es: "ten ánimo hijo, tus pecados te son perdonados". La gente empieza a pensar que eso era demasiado fácil, pues perdonar pecados lo hace cualquiera, pensaron que se fue por la tangente del problema central y no se dieron cuenta que Jesús, como supremo terapeuta se dirigía al problema donde verdaderamente estaba. La situación del hombre que estaba frente a Jesús era de índole espiritual y había que solucionarlo. Jesús hace una revisión espiritual y descarga el alma de sus culpas. No relaciona la parálisis con el pecado, pero estaba buscando la salud integral del hombre. Comienza por el interior, saca las culpas, relaja el alma, lo pone en paz con Dios; y el materialismo de la gente hace ignorarlo y que pretendan ver un milagro físico, no se dan cuenta que es tan necesario como lo otro.

La segunda palabra de Jesús es "levántate, toma tu lecho y vete a tu casa". Allí va directamente a la salud física, demostrando que el ser humano necesita esa doble salud, física y espiritual y esta última, es tan importante como para ponerla primero y luego la salud física.



TIERRA FIRME

LIEBBA LIBWE



Hay que tener cuidado porque a veces llevamos "muletas espirituales" en nuestra vida.

Hoy día cuando tenemos algún problema recurrimos a las pastillas, al psiquiatra o al psicoanalista, intentando solucionar el problema, cosa que no está mal.

Pero comenzamos un tratamiento que en muchos casos se prolongan indefinidamente. ¿Por qué no pueden dar una solución definitiva a esos problemas? Puede darse el caso de un problema físico crónico. Pero, que el problema tampoco, sea estrictamente físico y detrás haya un problema de índole espiritual, por eso, muchas veces, he visto terapias descriptivas y pueden llegar a ser paliativas, pero no son sanadoras porque hay que buscar por otro lado.

Las terapias y las pastillas pueden llegar a actuar en nosotros como muletas espirituales, estas son útiles y mucho, en muchos momentos de nuestras vidas habrá que usarlas, pero si se puede vivir sin ellas mucho mejor. Por tanto, creo que hay que ir a la raíz del problema ¿Cuál es?

S. Freud escribió un voluminoso libro titulado "Psicopatología de la vida cotidiana", en ese libro él presenta 260 casos clínicos de psicopatología que ocurren comúnmente en la vida cotidiana. Un psiquiatra analizó esos casos uno por uno para clasificarlos. 57 eran problemas de deshonestidad, 39 de impureza sexual, 122 de egoísmo y 42 de falta de amor. Quiere decir que de los 260 casos que marca Freud en "Psicopatología de la vida cotidiana", un psiquiatra encuentra que hay 260 problemas espirituales.

El psiquiatra dice "son todos aspectos que describe el sermón del monte de Jesús y muestra la solución, el sermón del monte".

Cuando una persona se presenta ante un terapeuta hace que él actúe sobre el problema, el médico intenta dar una pastilla al asunto, pero el inconveniente es mucho más hondo, es espiritual.

En el Sermón del Monte, Jesús apuntaba a la psicopatología espiritual, tiene que ver con el espíritu, las transgresiones de las leyes de Dios, dice cómo debemos conducirnos para no enfermar espiritualmente.

La transgresión, como todos sabemos, produce culpa y esta, es beneficiosa, una reacción normal del alma y el espíritu que nos lleva a la sanidad.

Frente a la culpa hay dos reacciones. He visto esto en la vida cotidiana y seguramente vos



TIERRA FIRME

LIEBBA LIBWE



Esteban habrás visto lo mismo, existe gente que cuando hay un problema se echa toda la culpa a sí mismo. Son gente "culpógena". También hay de los otros, quienes echan toda la culpa afuera, es de los demás. Son dos patologías. Cuando se tiene una culpa personal tiene que asumir la suya, pero no todas las culpas.

Ni toda la culpa está fuera de uno, ni toda está dentro y hasta que uno no aprende a discriminar realmente cuál es su error, no puede solucionar su problema.

El caso del Rey David por ejemplo, él había cometido un pecado doble, había cometido adulterio y asesinato. Se descargó de las culpas ¿Cómo? Confesó delante de Dios estos dos pecados. Narró como lo había afectado todo esto. Dice que mientras había hecho eso "su pecado siempre estuvo delante de él". Eso que él había hecho y estaba mal, estaba gravitando sobre su ser espiritual permanentemente.

Sentía "suciedad interior", por eso le dice a Dios: "lávame", uno escucha esa palabra que es tan aplicable a lo físico, pero él se refería en esos momentos a su alma porque necesitaba limpiarse interiormente.

Él dice: "esto afectó mi cuerpo, porque mis huesos envejecieron, y afectó mi espíritu, porque perdió la alegría, "devuélveme el gozo". Uno se da cuenta que todo el problema físico y espiritual se debía a una culpa que no había sacado. Cuando uno opta por el silencio frente a las culpas, es como quien guarda un cadáver dentro de un placard. Me soluciona el problema del momento, pero al poco tiempo, comienza a heder, ese mal olor es inevitable.

El cadáver trasciende, emana y puedo quitarlo de la vista pero no superar la emanación del cadáver. Lo mismo sucede con la culpa, puedo ocultarla, pero comienza a proyectarse en mi carácter, mi cuerpo, mente y trasciende a través de eso entonces la culpa está oculta, pero en alguna forma el olor de la misma está presente, nos quita lo que somos.

Esteban: Hacemos una pausa en este proceso bien complejo de lo que es el ser humano en su ámbito espiritual, físico y como muchas veces ello afecta todo lo que es la salud integral. Ya volvemos.

Pausa...

Esteban: ¿Cómo está su equilibrio físico y espiritual? Ese conjunto de cosas que hacen que estemos sanos, que tengamos una vida equilibrada, saludable, que podamos sentirnos personas plenas.

Y como decías Salvador entonces, la culpa acumulada va creando ese tipo de presiones sobre nuestra conciencia y puede llevarnos a desequilibrios tremendos para todo lo que somos como personas y quienes nos rodean también.



TIERRA FIRME

LIEBBA LEBWE



Salvador: Claro, por eso dice David tratando de salir de su crisis y sacar el cadáver que estaba hediendo en su persona "confesaré mis transgresiones a Dios". Aquí aparece algo muy interesante, la palabra confesión.

Confesar las cosas a Dios, lo que uno ha hecho, confesar: es descargar el alma y re-ordenar la vida.

No es sólo decir, sino dar fe (es una palabra compuesta "con-fesar") juntamente con Dios que actuamos mal, admitirlo, cuando confesamos a Dios reordenamos la vida. Allí empieza la transformación, pero todo ello se va haciendo muy específicamente.

Hay gente que se conforma pensando que todos somos pecadores y el Señor perdona todos los pecados que haya cometido, pero creo que si existen "cadáveres ocultos" hay que identificarlos. Así como en las novelas policiales, o los programas de investigaciones policiales de la televisión hay una identificación del cadáver, lo mismo sucede con la culpa de la persona.

Los cadáveres ocultos al principio fueron una solución, pero más tarde se convirtieron en un problema, hay que sacarlos con nombre y apellido. Es muy fácil decir: "yo tengo malos pensamientos", pero la confesión debe decir qué malos pensamientos poseo. Si tengo envidias en mi vida ¿A quién envidio y por qué? La confesión lleva eso consigo siempre.

Si tengo odios ¿A quién odio y por qué, cuáles son las razones?

La confesión debe ser hecha delante de Dios y amplia.

Si guardo rencor ¿Hacia quién guardo este tipo de pensamientos? ¿Por qué tengo rencor hacia esa persona? ¿Cuál es la razón?

O ¿Cómo se manifiesta en mí, la lujuria? O ¿A quién le miento y por qué lo hago?

Estas interrogantes nos permiten encontrar las razones profundas que hay en nosotros, frente a todas estas cosas. Hay una frase que aparece en los Evangelios, es muy importante tener en cuenta. El apóstol Juan escribe en una carta y dice: "Si confesamos nuestros pecados (a Dios) Él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados y limpiarnos de toda maldad".

No hace falta que alguien acuda a algún centro religioso, lo que hace falta es abrir el corazón delante de Dios para ponernos de acuerdo con Él en lo que está mal y bien. Y muchas veces estos pasos, que son los fundamentales en la vida, nos llevan a la salud integral de la persona.

Recuerdo que una vez vi a una persona tremendamente afectada físicamente y me la había derivado un médico para que conversara conmigo, bueno, no soy psicólogo ni médico, soy un ministro religioso que se dedica únicamente a lo espiritual, ante este caso le dije que



TIERRA FIRME

LIEBBA LIEWE



clasificáramos cuál era el problema que tenía. Le costó mucho identificarlo, porque se negaba a verlo, pero en el fondo sabía que era eso.

Hasta que acepto cuál era su problema. Le dije: "yo no puedo hacer nada por su problema, pero Dios sí". Usted tiene que presentar esto delante de Él, tal cómo lo presentó frente a mí, Dios es quien puede sacar esto. Quien perdona pecados.

Es como decían los judíos que estaban alrededor de Jesús: "¿Quién puede perdonar pecados sino sólo Dios?", Una tremenda verdad, quien perdona los pecados es Dios, el asunto es llevarlos a Él para que los perdone. Creo que este paso de acercarnos y volcar el alma delante de Dios es necesario para reencontrar el equilibrio como personas.

No estoy negando las enfermedades físicas, las hay, pero veamos que hay enfermedades que están directamente relacionadas con nuestro estado espiritual. Porque nos turbamos cuando alteramos las leyes espirituales y eso empieza a repercutir en nuestra salud emocional, implicando además nuestra salud física, antes que llegue a este extremo, tratemos de solucionar también los problemas espirituales para que no tengan resonancia en nuestro carácter, ni en nuestro cuerpo. Dios siempre está abierto para escuchar nuestra confesión, otorgarnos el perdón y volvernos al equilibrio, gozo, a la alegría que perdimos.