



La cura  
Schopenhauer Irvin  
D. Yalom

DESTINO

# La cura Schopenhauer

Irvin  
D. Yalom

Traducción de  
Raquel Albornoz y Elena Marengo

Ediciones Destino  
Colección Áncora y Delfín  
Volumen 1414

Título original: *The Schopenhauer Cure*

© Irvin Yalom, 2014

Derechos de traducción gestionados por Sandra Dijkstra Literary Agency y Sandra Bruna Agencia Literaria, SL

© por la traducción, Raquel Albornoz y Elena Marengo, 2014

© Editorial Planeta, S. A., 2017

Ediciones Destino, un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

[www.edestino.es](http://www.edestino.es)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

Primera edición: noviembre de 2017

ISBN: 978-84-233-5296-8

Depósito legal: B. 23.367-2017

Composición: Fotocomposición gama, sl

Impresión y encuadernación: CPI

*Printed in Spain* - Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como **papel ecológico**.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal). Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

# I

Julius conocía, como todos, las homilías sobre el tema de la vida y la muerte. Coincidió con los estoicos, para quienes «al nacer empezamos a morir», y con Epicuro, que afirmaba: «Donde estoy yo, no habita la muerte, y donde habita la muerte, no estoy yo. Entonces ¿por qué tenerle miedo?». En su calidad de médico y psiquiatra, había murmurado esas mismas palabras de consuelo al oído de los moribundos.

Si bien creía que tales sombrías reflexiones eran útiles para sus pacientes, jamás se le ocurrió pensar que pudieran tener nada que ver con él. Es decir, hasta el terrible momento en que, cuatro semanas antes, su vida había cambiado para siempre.

Ese momento ocurrió durante el examen físico de rutina que se hacía todos los años. Su médico —Herb Katz, viejo amigo y compañero de facultad— acababa de examinarlo y, como de costumbre, le indicó que se vistiera y pasara por su despacho para darle los resultados.

Sentado a su escritorio, Herb revisaba la historia clínica de Julius.

—En términos generales, estás muy bien para ser un hombre de sesenta y cinco. La próstata es un poco grande, pero la mía también. Los análisis de sangre, los niveles de colesterol y lípidos se están portando bien... Se ve que la medicación y la dieta te dan resultado. Debes seguir con el Lipitor, aquí tienes la receta, y salir a correr,

porque evidentemente te ha bajado el colesterol. En consecuencia, puedes tomarte un respiro y comer algún huevo de vez en cuando. Yo, por ejemplo, desayuno dos huevos los domingos. Y aquí tienes la receta para el medicamento de la tiroides. Te aumento un poco la dosis. La tiroides poco a poco te va funcionando menos; se van muriendo las células tiroideas buenas y son reemplazadas por material fibrótico. Una dolencia benigna, como sabes. Nos pasa a todos; yo también estoy tomando la misma medicación.

»En efecto, esto del envejecimiento nos afecta a todos, Julius. Además de lo de la tiroides, los cartílagos de las rodillas se te están desgastando, los folículos pilosos se mueren y los discos superiores lumbares ya no son los de antes. Más aún, la calidad de tu piel se va deteriorando: digamos que las células epiteliales se te están desgastando. Mira, si no, todas las manchas seniles, esas lesiones marrones planas, que tienes en las mejillas. —Le dio un espejito para que se mirara—. Tienes unas diez o doce más que la última vez que te vi. ¿Pasas mucho tiempo al sol? ¿Usas gorra o sombrero de ala ancha como te dije? Quiero que consultes a algún dermatólogo. Bob King es bueno y está en el edificio de al lado. Te doy su número. ¿Lo conoces?

Julius asintió.

—Él puede quemarte las de mal aspecto con una gota de nitrógeno líquido. Yo me hice sacar varias el mes pasado. No es nada del otro mundo; se tarda cinco o diez minutos. Muchos médicos internistas lo hacen ellos mismos ahora. Quiero que te mire un lunar en particular que tienes en la espalda; no lo ves porque está en el costado, debajo del omóplato derecho. Lo veo distinto de los demás..., pigmentación desapareja, bordes poco nítidos. Es probable que no sea nada, pero prefiero que él te examine. ¿De acuerdo, amigo?

«Es probable que no sea nada, pero prefiero que él te examine.» Julius percibió el tono forzado con que

Herb quiso restarle importancia. Pero que no quedaran dudas: la frase «pigmentación despareja, bordes poco nítidos» dicha de un médico a otro era motivo de alarma. Significaba, en código, un potencial melanoma y, mirando las cosas retrospectivamente, Julius llegó a la conclusión de que esa frase en particular marcó el momento en el que terminó su vida despreocupada, el momento en el que apareció la muerte, el enemigo invisible, con su horrenda realidad. La muerte había llegado para quedarse, nunca se fue de su lado, y todos los horrores que sobrevinieron fueron como posdatas predecibles.

Bob King había sido paciente de Julius años atrás, como lo habían sido muchos otros médicos de San Francisco. Julius había reinado durante treinta años en el ámbito psiquiátrico. En su calidad de profesor de psiquiatría de la Universidad de California contó con muchísimos alumnos, y cinco años antes había sido presidente de la Asociación Psiquiátrica Americana.

¿Qué fama tenía? Médico de médicos, un profesional muy serio. Un terapeuta de último recurso, un genio, muy prudente, dispuesto a hacer lo que fuera con tal de ayudar al paciente. Por ese motivo, diez años antes, Bob King fue a su consulta debido a su larga adicción al Vicodán (la droga preferida por los adictos de profesión médica porque se conseguía con suma facilidad). En aquel momento, King tenía un grave problema. Su necesidad de consumir Vicodán había aumentado enormemente, peligraba su matrimonio, se resentía su ejercicio de la profesión, y él necesitaba drogarse todas las noches para poder dormir.

Bob intentó empezar una terapia pero se le cerraron todas las puertas. Los profesionales que consultó le recomendaron ingresar en un programa de recuperación de médicos adictos, a lo que él se resistía porque no quería poner en peligro su intimidad acudiendo a terapias grupales con otros colegas. Los terapeutas no aflojaron pues-

to que, si atendían a un médico y no lo enviaban al programa oficial de recuperación, se arriesgaban a una sanción de la junta médica o a un juicio que podía entablarles algún particular (por ejemplo, si en su trabajo clínico el paciente cometía un error de diagnóstico con alguien).

Como último recurso para no tener que suspender el trabajo, tomarse una licencia e ir a hacerse atender a otra ciudad, fue a ver a Julius, y éste aceptó el riesgo y confió en que Bob King podía dejar por sí solo el hábito del Vicodán. Y si bien la terapia fue difícil —como siempre lo es con los adictos—, Julius trató a Bob durante tres años sin recurrir al programa de rehabilitación. Y fue uno de esos secretos que conoce todo psiquiatra..., un éxito terapéutico que no podía comentarse ni dar a conocer de ninguna manera.

Al salir del consultorio, Julius se quedó unos instantes sentado en el coche. El corazón le latía con tanta fuerza que el vehículo parecía sacudirse. Para aplacar su creciente terror respiró hondo una, dos, tres veces; luego cogió el teléfono móvil y, con manos temblorosas, llamó a Bob King para pedirle una entrevista urgente.

—No me gusta nada —dijo Bob a la mañana siguiente, cuando revisaba la espalda de Julius con una inmensa lupa—. Quiero que lo mires tú también; podemos hacerlo con dos espejos.

Bob lo hizo permanecer junto al espejo de pared y sostuvo un espejito de mano al lado del lunar. Julius miró por allí al dermatólogo: rubio, de cara algo colorada, anteojos gruesos sobre una nariz larga, imponente (recordó que Bob le había mencionado cómo los otros chicos lo molestaban gritándole «¡Nariz de pepino!»). No había cambiado mucho en diez años. Se lo veía preocupado, igual que cuando era paciente de Julius; un hombre inquieto, que siempre llegaba cinco minutos tarde. Cada vez que lo veía llegar de prisa al consultorio se acordaba del viejo dicho: «Siempre llega tarde, cuan-

do todo está que arde». Había engordado un poco, pero seguía siendo bajo como antes. Tenía aspecto de dermatólogo. ¿Alguien ha visto alguna vez un dermatólogo alto? Luego, Julius se fijó en sus ojos —ah, sí, transmitían aprensión— y le notó las pupilas dilatadas.

—Aquí está el desgraciado —explicó Bob, y señaló con un bolígrafo—, el nuevo plano, aquí, debajo del hombro derecho y del omóplato. ¿Lo ves?

Julius asintió.

Acercándole una pequeña regla, continuó:

—Mide un poquito menos de un centímetro. Seguramente recuerdas la famosa regla ABCD de cuando estudiaste dermatología en la facultad...

Julius lo interrumpió.

—No recuerdo ni jota de dermatología. Trátame como si fuera ignorante.

—De acuerdo. ABCD... La A es la asimetría..., mira aquí... —Indicó con el bolígrafo ciertas partes de la lesión—. No es un lunar redondo por completo como los otros que tienes en la espalda... ¿Ves éste y este otro? —Apuntó dos lunaritos cercanos.

Julius trató de quebrar la tensión respirando hondo.

—La B son los bordes. Mira aquí, aunque sé que cuesta verlo —agregó Bob—. En esta parte de arriba, ¿ves lo irregular que es el borde? Y en la parte del medio se desdibuja, desaparece en la piel circundante. La C es la coloración. Aquí, en este lado, fijate que es de un marrón claro. Si lo miro con lupa, le veo un tinte rojo, algo de negro, quizá hasta de gris. La D es el diámetro; como te dije, de unos siete u ocho milímetros. Esto se considera un tamaño grande, pero todavía no sabemos qué antigüedad tiene, es decir, a qué velocidad va creciendo. Herb Katz asegura que no lo tenías en el examen clínico que te hizo el año pasado. Y, por último, al mirarlo con lupa, no quedan dudas de que el centro está ulcerado.

Dejó entonces el espejo y dijo:

—Ponte de nuevo la camisa, Julius. —Cuando el paciente terminó de abotonarse, se sentó en la silla del consultorio y retomó la palabra.

—Ya sabes, Julius, lo que dicen los libros sobre este tema. Hay motivos obvios para preocuparse.

—Bob, sé que esto se te hace difícil por la relación que hemos tenido, pero no me pidas que haga yo tu trabajo. No des por sentado que yo sé algo. Ten en cuenta que, en este instante, mi estado mental es de terror tirando al pánico. Quiero ponerme en tus manos, que seas totalmente sincero conmigo y te ocupes de mí, tal como yo hice contigo. ¡Y mírame a los ojos! Cuando me esquivas así la mirada, me asusto mucho.

—Tienes razón; discúlpame. —Lo miró a los ojos—. Ya lo creo que te ocupaste de mí, y yo voy a hacer lo mismo por ti. —Carraspeó.

»Bueno, mi impresión clínica es que se trata de un melanoma. —Al ver que Julius hacía una mueca, agregó—: Pero el diagnóstico mismo no nos dice mucho. Recuerda que casi todos los melanomas se pueden tratar con facilidad, aunque algunos son unos hijos de puta. Necesito ciertos datos que me tiene que dar el patólogo: ¿En realidad se trata de un melanoma? En tal caso, ¿qué profundidad tiene? ¿Se ha extendido? Por lo tanto, lo primero es la biopsia y llevarle la muestra al patólogo.

»En cuanto terminemos llamaré al cirujano para que te extirpe la lesión. Yo voy a estar a su lado todo el tiempo. Después, cuando el patólogo haya analizado una sección congelada, si da negativo, fantástico, todo habrá terminado. Si da positivo, si es un melanoma, extraeremos el nódulo más sospechoso y, si es necesario, haremos una resección nodal múltiple. No hará falta internarte..., te lo haremos todo en el centro de cirugía. Estoy prácticamente seguro de que no hará falta un injerto de piel y de que vas a perder a lo sumo un día de trabajo, pero durante unos días sentirás cierto malestar en el lugar de la herida. No hay mucho más que decir hasta que tengamos los

resultados de la biopsia. Y, como me lo pides, te garantizo que me ocuparé de ti. Ten fe en mi criterio en estas cuestiones; he visto de cerca cientos de estos casos. ¿De acuerdo? Hoy mismo te va a llamar mi secretaria para decirte el día y la hora y cómo debes prepararte. ¿Entendido?

Julius se limitó a asentir, y ambos se pusieron de pie.

—Lo lamento —dijo Bob—. Ojalá pudiera librarte de todo esto, pero no puedo. —Le entregó un folleto médico—. Tal vez no lo quieras, pero siempre les entrego este material a los pacientes que están en tu misma situación. Depende de la persona: a algunos los tranquiliza la información; otros en cambio prefieren no enterarse, y al salir de aquí lo tiran a la basura. Espero poder decirte algo más alentador después de la cirugía.

Pero no hubo nunca nada más alentador; por el contrario, las noticias posteriores fueron más deprimentes. Tres días después de practicarle la biopsia, volvieron a reunirse.

—¿Quieres leer esto? —pidió Bob, sosteniendo en la mano el informe final del patólogo. Al ver que Julius le decía que no con la cabeza, Bob volvió a echar un vistazo al papel y añadió—: Bueno, terminemos cuanto antes con el asunto. Tengo que decírtelo: es maligno. En definitiva, se trata efectivamente de un melanoma y tiene varias..., mmm..., características notables: es profundo, más de cuatro milímetros, está ulcerado y tiene cinco nódulos positivos.

—¿Y eso qué implica? Vamos, Bob, no des tantas vueltas; ve directo al grano. Notable: cuatro milímetros, ulcerado, cinco nódulos... Como te comenté, háblame como si yo fuera un lego.

—Implica una mala noticia. Es un melanoma grande y se ha extendido a los nódulos. El verdadero peligro es que se haya extendido más lejos, pero no lo sabremos hasta que tengamos la tomografía computarizada, que deberás hacerte mañana a las ocho.

Dos días después siguieron hablando del tema. Bob dijo que la tomografía había sido negativa, que no había indicios de que el mal se hubiera extendido a otras partes del cuerpo, lo cual fue la primera buena noticia.

—Pero, aun así, Julius, sigue siendo un melanoma peligroso.

—¿Cómo de peligroso? —preguntó Julius, con la voz afectada—. ¿De qué tasa de supervivencia hablamos?

—Sabes que esa pregunta sólo puede contestarse con estadísticas. Cada persona es distinta, pero digamos que para un melanoma ulcerado, de cuatro milímetros de profundidad, con cinco nódulos, las cifras indican una supervivencia de cinco años de menos del veinticinco por ciento.

Julius se quedó sentado unos instantes con la cabeza gacha, el corazón que le latía con fuerza y los ojos llorosos, antes de añadir:

—Continúa. Has sido muy franco. Necesito saberlo para avisar a mis pacientes. ¿Cómo se va a desarrollar la enfermedad? ¿Qué me va a pasar?

—Imposible ser preciso porque no te va a pasar nada más hasta que el melanoma reaparezca en otra parte del cuerpo. Cuando eso ocurra, sobre todo si hay metástasis, el curso podría ser rápido, tal vez de semanas o meses. En cuanto a tus pacientes, es difícil decirlo, pero me inclino a pensar que tienes por delante como mínimo un año de buena salud.

Julius asintió despacio, con la cabeza gacha.

—¿Dónde está tu familia, Julius? ¿No tendrías que haber venido hoy con alguien?

—Seguramente sabes que mi mujer murió hace diez años. Mi hijo vive en la costa Este, y mi hija en Santa Bárbara. Todavía no les he dicho nada; no me pareció que debiera perturbar su vida sin necesidad de hacerlo. Yo por lo general me las arreglo solo, pero estoy seguro de que mi hija va a venir de inmediato.

—Julius, siento muchísimo tener que informarte de

todo esto. Permíteme terminar con una pequeña buena noticia. En estos momentos se están realizando intensas investigaciones..., digamos que hay más de diez laboratorios trabajando de forma activa en el país y el exterior. Por motivos que desconocemos, ha aumentado la incidencia de melanomas, que casi se han duplicado en los últimos diez años; por eso, el tema es tan candente. Con toda seguridad, en breve se van a producir adelantos.

La siguiente semana, Julius vivió medio aturdido. Su hija Evelyn, profesora de literatura clásica, suspendió sus clases y viajó enseguida para acompañarlo unos días. Julius habló largo y tendido con ella, con su hijo, con su hermana y su hermano, y con sus amigos íntimos. A menudo se despertaba a las tres de la madrugada gritando jadeante. Canceló las citas con sus pacientes y su grupo terapéutico durante dos semanas, y pasaba horas pensando qué decirles y cómo hacerlo.

La imagen que le devolvía el espejo no era la de un hombre que había llegado al final de su vida. Los cinco kilómetros que corría a diario habían mantenido su cuerpo juvenil y delgado, sin un gramo de grasa. Alrededor de los ojos y la boca, mostraba algunas arrugas, no muchas (su padre había muerto sin ninguna). Tenía ojos verdes, algo de lo que siempre había estado orgulloso. Ojos intensos, sinceros. Ojos en los que se podía confiar, ojos que podían mantener la mirada de cualquiera. Ojos jóvenes, del Julius de dieciséis años. El hombre agonizante y el muchacho de dieciséis se miraban uno al otro a través de las décadas.

Observó sus labios gruesos, amistosos. Labios que, incluso en ese momento de desesperanza, estaban al borde de la sonrisa cálida. Tenía también una mata de pelo oscuro y rebelde, con algunas canas en las patillas. Cuando era adolescente y vivía en el Bronx, el viejo peluquero blanco y antisemita, cuyo local quedaba en su misma calle, entre la confitería de Meyer y la carnicería de Morris,

protestaba contra ese pelo ingobernable mientras lo peinaba con peine de acero y se lo cortaba con tijeras de entresacado. Meyer, Morris y el peluquero ya habían fallecido, y el pequeño Julius, de dieciséis años, ahora figuraba en la próxima lista de la muerte.

Una tarde trató de adquirir cierto dominio del tema leyendo textos sobre melanomas en la biblioteca de la Facultad de Medicina, pero fue inútil. Más que inútil, la tarea le resultó horrorosa. A medida que iba asimilando el carácter verdaderamente atroz de su enfermedad, empezó a pensar en el melanoma como una criatura voraz que le iba clavando negros zarcillos en la carne. Qué impresionante era tomar conciencia de que él ya no era la forma de vida suprema. Era, en cambio, huésped, alimento para un organismo más sano, cuyas células hambrientas se multiplicaban a velocidad vertiginosa, un organismo que de improviso atacaba y anexaba el protoplasma contiguo, y en ese momento era indudable que estaba adiestrando a otros grupos de células para viajar por su torrente sanguíneo y colonizar órganos distantes, quizá el frágil y tierno sitio de alimentación de su hígado o las esponjosas planicies de los pulmones.

Dejó el libro a un lado. Ya había transcurrido más de una semana y era necesario hacer algo aparte de distraerse. Había llegado el momento de enfrentar lo que de verdad estaba pasando. «Siéntate, Julius —se dijo—, y medita sobre la muerte.» Entonces cerró los ojos.

«He aquí que por fin aparece la muerte en el escenario», pensó. Pero qué entrada tan banal: el telón lo abrió con torpeza un dermatólogo gordito con nariz de pepino, con una lupa en la mano, vestido de guardapolvo blanco con su nombre bordado en letras azules en el bolsillo superior.

¿Y la escena final? Destinada, por cierto, a ser igualmente banal. Su vestimenta iba a ser el arrugado pijama de los Yankees de Nueva York, que tenía en la es-

palda el número cinco de DiMaggio. ¿El escenario? La misma cama de matrimonio en la que dormía desde hacía treinta años, ropa usada dejada en el sillón contiguo y, sobre la mesita de noche, una pila de novelas aún no leídas, sin saber que nunca les llegaría el momento. Un final doloroso, desalentador. Por cierto, la gloriosa aventura de su vida, se dijo, merecía algo más... más... ¿Más qué?

De pronto le vino a la mente una escena que había presenciado meses atrás en un viaje de vacaciones a Hawái. Había salido a caminar, y por casualidad encontró un inmenso centro de retiro budista, y vio a una mujer joven que recorría a pie un laberinto circular construido con pequeñas piedras. Al llegar al centro del laberinto, se detuvo y permaneció inmóvil, en prolongada meditación. La reacción refleja que le produjo a Julius semejante ritual religioso no fue caritativa; le pareció algo a mitad de camino entre ridículo y repulsivo.

Pero ahora, al recordar a aquella muchacha en actitud meditativa, experimentó sentimientos más benignos, una oleada de compasión por ella y todos sus congéneres, que son víctimas de ese capricho de la evolución que confiere autoconocimiento al ser humano pero no lo equipa a nivel psicológico para enfrentar lo doloroso de la existencia transitoria. Y a través de años, siglos y milenios, hemos construido incansablemente mecanismos para negar la finitud. ¿Alguna vez cualquiera de nosotros, o todos, dejaremos de buscar a un ser superior con quien poder fusionarnos para existir por toda la eternidad, un manual de instrucciones redactado por Dios, algún indicio de un designio superior, rituales y ceremonias ya establecidos?

Y, sin embargo, al pensar que su nombre ya figuraba en la lista de la muerte, Julius se planteó que un poco de ceremonia quizá no le iría mal. Abandonó con brusquedad su propio pensamiento como si quemara..., una idea que en nada condecía con su eterna hostilidad hacia lo

ritual. Siempre había despreciado la forma en que las religiones despojan a los fieles de razón y libertad: los atuendos ceremoniales, el incienso, los libros sagrados, los hipnotizantes cánticos gregorianos, las ruedas de ple-garias de los tibetanos, las alfombrillas, los mantos y los casquetes, las mitras y los báculos de los obispos, las hostias y los vinos sagrados, las extremaunciones, las cabezas que se sacuden y los cuerpos que se bambolean al compás de antiguos cánticos, todo lo cual lo consideraba la parafernalia de la estafa más grande y larga de la historia, un juego que confiere poder a los dirigentes y satisface en los fieles la lujuria del sometimiento.

Pero ahora, al tener a la muerte de pie a su lado, Julius notaba que su vehemencia ya no era tan intensa. A lo mejor lo que le disgustaba era tan sólo el ritual impuesto. Tal vez podría llegar a aceptar una pequeña dosis de ceremonia creativa personal. Lo había impresionado lo que decían los diarios sobre el bombero que, en el lugar de las torres gemelas, se detenía y se quitaba el casco en honor de los muertos, cada vez que llegaba a la superficie una camilla que transportaba restos humanos. No tenía nada de malo honrar a los muertos... No, no a los muertos, sino más bien honrar la vida de la persona fallecida. ¿O acaso era algo más que honrar, más que santificar? El gesto, el ritual de los bomberos, ¿no representaba también la posibilidad de establecer un vínculo, no era como reconocer que tenían relación, un sentido de unidad con cada víctima?

Julius vivió en persona esa misma conectividad pocos días después de la fatídica consulta con el dermatólogo, cuando asistió a su grupo de apoyo integrado por colegas psicoterapeutas. Los integrantes del grupo quedaron demudados cuando Julius les dio la noticia de su melanoma. Después de alentarlos a que contara todo, cada uno expresó su conmoción y su pena. Julius no encontró más palabras, y lo mismo les pasó a los demás. En dos ocasiones alguien estuvo a punto de hablar pero no lo hizo, y

luego fue como si el grupo se hubiera puesto de acuerdo tácitamente en que no hacían falta las palabras. Durante los veinte minutos finales permanecieron en silencio. Esos silencios prolongados en los grupos son casi siempre embarazosos, pero éste en particular parecía distinto, casi reconfortante. Julius tuvo que reconocer, aun en su interior, que el silencio parecía «sagrado». Con posterioridad se planteó que sus compañeros no sólo estaban expresando dolor, sino también sacándose el sombrero, colocándose en posición de firmes, uniéndose y honrando su vida.

Y a lo mejor también era una forma de honrar cada uno su propia vida, se dijo. ¿Qué otra cosa tenemos? ¿Qué otra cosa, como no sea este bendito y milagroso intervalo de ser y de autoconocimiento? Si hay algo que honrar y bendecir es, sencillamente, esto: el preciado don de la mera existencia. Vivir desesperado porque la vida tiene fin, o porque carece de un propósito superior, de un designio implícito, es una grosera ingratitud. Inventar un creador omnisciente y dedicar la vida a una interminable genuflexión no tiene sentido. Y también es un desperdicio. ¿Para qué derrochar todo ese amor volcándolo en un fantasma cuando hay tan poco amor en el mundo? Mejor adoptar la solución de Spinoza y Einstein: limitarse a agachar la cabeza, aceptar las elegantes leyes y el misterio de la naturaleza y proseguir con la tarea de vivir.

Éstos no eran pensamientos nuevos para Julius, que siempre había sabido que la vida tenía un término y que se perdía el estado de conciencia. Pero hay maneras y maneras de saber. Y la proximidad de la muerte lo acercaba al verdadero saber. No era que se hubiese vuelto más sabio, sino que el hecho de que desaparecieran los motivos de distracción —la ambición, la pasión sexual, el dinero, el prestigio, el aplauso, la popularidad— le brindaba una visión más pura. Ese desapego, ¿no era la verdad de Buda? Tal vez, pero él prefería el camino de

los griegos; es decir, todo con moderación. Si nunca nos sacamos el abrigo y nos disponemos a participar de la diversión, nos perdemos una parte demasiado importante del espectáculo de la vida. ¿Para qué correr hacia la puerta de salida antes de la hora de cierre?

Días después, cuando Julius se sentía un poco más sereno, con menos ataques de pánico, sus pensamientos se volcaron en el futuro. «Difícil decirlo, pero me inclino a pensar que tienes por delante como mínimo un año de buena salud.» Pero ¿cómo pasar ese año? Algo que decidió hacer fue no convertir ese año bueno en malo lamentándose de que no fuera nada más que un solo año.

Una noche en que no podía dormir y anhelaba encontrar algún consuelo, buscó afanoso en su biblioteca, pero no encontró nada perteneciente a su propio campo que tuviera ni la más remota relación con su situación de vida, nada relativo a cómo hay que vivir, o encontrarles sentido a los días de vida que a uno le quedan. Sin embargo, en determinado momento sus ojos se posaron en un ejemplar muy usado de *Así habló Zaratustra*, de Nietzsche. Conocía muy bien ese libro, pues décadas atrás lo había estudiado a conciencia para escribir un artículo sobre la importante pero no reconocida influencia que ejerció Nietzsche sobre Freud. *Zaratustra* era un libro muy valiente que, en su opinión, enseñaba más que ningún otro a reverenciar y a celebrar la vida. Sí, eso podía ser justo lo que necesitaba. Como estaba muy ansioso y no podía leer sistemáticamente, fue pasando las páginas al azar, y leyó algunos de los párrafos que había subrayado.

«Cambiar el “así fue” por “así quise yo que fuera”:  
sólo a eso lo llamo redención.»

Para Julius, las palabras de Nietzsche significaban que él debía elegir su vida; es decir, vivirla en vez de ser vivido por ella. En una palabra: debía amar su destino. Y

sobrevolaba allí el interrogante que a menudo repetía Zaratustra: si estaríamos dispuestos a repetir la misma vida una y otra vez hasta la eternidad. Extraño experimento mental; sin embargo, cuanto más lo pensaba, más le servía de guía. El mensaje que transmitía Nietzsche era el de vivir nuestra existencia de modo tal que sintamos deseos de repetirla por toda la eternidad.

Siguió hojeando el libro y se detuvo en dos párrafos muy destacados con marcador rosa: «Consuma tu vida; muere en el momento oportuno». Eso le hizo mella. Vive tu vida intensamente; y después, sólo después, muere. No dejes atrás nada de vida sin vivir. Julius solía comparar las palabras de Nietzsche con un test de Rorschach; eran palabras que ofrecían tantos puntos de vista contrapuestos que lo que los lectores sacaban en limpio de ellas dependía de su estado de ánimo. En esta ocasión las leyó con un estado de ánimo muy distinto. La presencia de la muerte hacía imperiosa una manera de leer diferente, más esclarecida. Página tras página, veía indicios de una manera panteísta de conectarse que antes no había advertido. Por mucho que Zaratustra exaltara, y hasta glorificara, la soledad, por mucho aislamiento que exigiera para engendrar grandes pensamientos, él tenía el compromiso de amar y levantar a otros, de ayudarlos a perfeccionarse y a trascender, de compartir con ellos su madurez. *Compartir su madurez*: esas palabras lo afectaron.

Guardó de nuevo el *Zaratustra* y se quedó sentado en la penumbra contemplando las luces de los coches que cruzaban el puente Golden Gate mientras meditaba en las palabras de Nietzsche, tratando de comprenderlas. Minutos después «recuperó el conocimiento»: ya sabía con exactitud qué hacer y cómo pasar su último año. «Viviría tal como lo había hecho el año anterior... y el anterior a ése, y así sucesivamente.» Le encantaba ser terapeuta, le encantaba conectarse con otras personas y ayudarlas, y conseguir que algo cobrara vida dentro de

ellas. A lo mejor su trabajo era una manera de sublimar la conexión perdida con su esposa; a lo mejor necesitaba el aplauso, la afirmación y la gratitud de aquellos a quienes ayudaba. Aun así, incluso si operaran en él sórdidas motivaciones, daba gracias por su trabajo. «¡Dios lo bendiga!», se dijo.

Se encaminó a la pared de ficheros y abrió un cajón lleno de historias clínicas y sesiones grabadas de antiguos pacientes. Observó los nombres: cada historia, un monumento a un profundo drama humano que en alguna ocasión se había representado en esa misma habitación. A medida que recorría las fichas iba recordando casi todas las caras. Otras se le habían borrado, pero con leer algunos párrafos lograba evocarlas. Algunas las había olvidado irremediablemente, caras e historias perdidas para siempre.

Al igual que a la mayoría de los terapeutas, le costaba no dejarse afectar por los habituales ataques que recibía el campo de la psicología. Los ataques provenían de muchos flancos: de los laboratorios medicinales y las empresas de medicina asistencial que propiciaban una investigación superficial orquestada para convalidar la efectividad de las drogas y las terapias cortas; de los medios, que nunca se cansaban de ridiculizar a los terapeutas; de los conductistas, de las hordas de sanadores y cultos de la nueva era, todos en competencia para quedarse con las mentes y los corazones de los afligidos. Y, desde luego, también había dudas desde el interior del círculo: los extraordinarios descubrimientos neurobiológicos moleculares que se daban a conocer con creciente frecuencia motivaban que hasta los más experimentados terapeutas pusieran en duda la pertinencia de su labor.

Julius no era inmune a esas embestidas; a menudo se le planteaban dudas sobre la efectividad de su terapia, y

con la misma frecuencia se tranquilizaba a sí mismo. Por supuesto que él era un terapeuta eficaz. Por supuesto que ofrecía algo valioso a la mayoría, quizá a todos sus pacientes. Sin embargo, seguía carcomiéndolo el diablillo de la duda.

*¿Ayudaste de veras a tus pacientes? A lo mejor lo que hiciste fue aprender a elegir a aquellos que de todos modos iban a mejorar por sí solos.*

«No. ¡Eso no es cierto! ¿Acaso no era yo el que siempre tomaba los casos más difíciles?»

*¡Tienes tus límites! ¿Cuándo fue la última vez que hiciste un esfuerzo real y aceptaste tratar algún caso decididamente fronterizo, o algún paciente esquizofrénico grave?*

Siguió pasando las viejas fichas y le llamó la atención la cantidad de información posterior a la terapia que tenía, proveniente de visitas que le hacían para «afinar» algún detalle, encuentros casuales con el paciente o mensajes que le llevaban pacientes nuevos que los otros le derivaban. Sin embargo, ¿había logrado cambiarles en algo la vida? Podía ser que sus resultados fueran fugaces. A lo mejor, muchos de sus pacientes exitosos habían sufrido una recaída, y ese dato no se lo daban por simple sentimiento caritativo.

Reparó también en sus fracasos, las personas que, como decía él, no estaban preparadas para el grado avanzado de liberación que les brindaba. «Un momento —se dijo—; no digas tonterías, Julius. ¿Cómo sabes que fueron verdaderos fracasos, fracasos permanentes, si nunca volviste a verlos? Todos sabemos que hay por el mundo muchos que maduran tarde.»

Sus ojos se posaron en la gruesa historia clínica de Philip Slater. «¿Quieres un fracaso? —se dijo—. Ahí lo tienes. Un fracaso total, como pocos.» Philip Slater. Habían pasado más de veinte años, pero aún conservaba nítida su imagen. Su pelo castaño claro que peinaba hacia atrás, su nariz fina y elegante, pómulos altos que sugerían nobleza y esos ojos verdes que le hacían recordar

las aguas del Caribe. Recordó cuánto le desagradaban las sesiones con Philip, salvo por una cosa: el placer de contemplar ese rostro.

Philip Slater estaba tan alienado que nunca se le ocurría observarse por dentro; prefería, en cambio, desplazarse por la superficie de la vida y dedicar toda su energía vital a la fornicación. Gracias a su cara bonita, contaba con innumerables voluntarias. Julius movió la cabeza a un lado y a otro mientras repasaba la historia clínica de Philip: tres años de sesiones, un gran esfuerzo por relacionarse con él, brindarle apoyo y cuidado, tantas interpretaciones que le hizo, y ni una pizca de mejoría. ¡Sorprendente! A lo mejor no era tan buen terapeuta como suponía.

«Bueno, no te apresures a sacar conclusiones», pensó. ¿Por qué Philip siguió yendo durante tres años si no sacaba nada en limpio? ¿Acaso habría gastado tanto dinero por nada? Y bien sabía Dios que a Philip no le gustaba gastar dinero. A lo mejor, las sesiones lo habían cambiado; tal vez era, realmente, de esas personas que maduran tarde, de esos pacientes que necesitan tiempo para digerir el alimento que les da el terapeuta, de esos que almacenan algunas de las cosas buenas que les deja el terapeuta, se las llevan a su casa, como si fuera un hueso para roer más tarde, en privado. Julius había tenido pacientes tan competitivos que le ocultaban su mejoría porque no querían darle la satisfacción (y reconocerle la facultad) de haberlos ayudado.

Ahora que Philip Slater había entrado en su mente, ya no pudo dejarlo salir. El paciente había escarbado y echado raíces en el profesional, igual que el melanoma. El fracaso con Philip se convirtió en un símbolo que englobaba todos sus fracasos en terapia. El caso de Philip Slater tenía algo peculiar. ¿Qué era lo que le daba tanta fuerza? Julius abrió la historia clínica y leyó la primera nota, escrita veinticinco años antes.

PHILIP SLATER  
11 de diciembre de 1980

*Químico de veintiséis años, blanco, soltero, que trabaja en DuPont —crea nuevos pesticidas—, asombrosamente apuesto. Viste sin cuidado, pero tiene un aire principesco, formal. Permanece rígido en su asiento, casi sin moverse, sin expresar sentimientos, serio. Ausencia total de humor; ni una sonrisa. Ni la menor aptitud para el trato social. Derivado por su internista, el doctor Wood.*

PRINCIPAL MOTIVO DE QUEJA: «Funciono contra mi voluntad motivado por impulsos sexuales».

¿POR QUÉ AHORA? Episodio que fue «la última gota», ocurrido hace una semana, que él describe como de memoria.

«Viajé a Chicago por asuntos de trabajo; bajé del avión, fui hasta el teléfono más cercano y repasé mi lista de mujeres de Chicago porque quería tener una aventura ese mismo día. No hubo suerte; estaban todas ocupadas. ¿Cómo no iban a estarlo, si era viernes por la noche? Ese viaje a Chicago ya lo tenía planeado, o sea que podría haberlas llamado unos días, o semanas, antes. Después de haber marcado el último número que tenía en mi agenda, corté y me dije: “Gracias a Dios, ahora puedo quedarme a leer y dormir bien esta noche, que es lo que en realidad quería hacer”.»

El paciente dice que esa frase, esa paradoja —«que es lo que en realidad quería hacer»— lo atormentó toda la semana, y fue precisamente eso lo que lo animó a buscar ayuda terapéutica. «Sobre ese tema quiero enfocar la terapia —dice—. Si eso es lo que quiero, leer y dormir bien, dígame, doctor Hertzfeld, ¿por qué no puedo hacerlo, por qué no lo hago?»

Poco a poco fueron volviendo a su mente los detalles del trabajo que había hecho con Philip Slater, un paciente que lo había intrigado mucho en el plano intelectual. En la época de la primera sesión, Julius se hallaba escribiendo una monografía sobre la psicoterapia y la voluntad, y la pregunta planteada por Philip («¿por qué no puedo hacer lo que realmente quiero?») le pareció fascinante para iniciar el artículo. Y, sobre todo, recordaba lo extraordinariamente inmutable que resultó Philip, pues, al cabo de tres años, no demostraba haber cambiado ni un ápice y seguía motivado por sus impulsos sexuales como siempre.

¿Qué sería de la vida de Philip Slater? No había oído ni una palabra de él desde que un día, veintidós años atrás, de forma brusca, abandonó la terapia. Una vez más, Julius se preguntó si, sin saberlo, no habría ayudado a Philip. De pronto se le hizo imperioso constatarlo; le parecía una cuestión de vida o muerte. Cogió el teléfono y marcó el número de informaciones.