

BARBARA BROWN TAYLOR

Aprender a caminar en la oscuridad



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com.

Colección Psicología

APRENDER A CAMINAR EN LA OSCURIDAD

Barbara Brown Taylor

1.ª edición: abril de 2016

Título original: *Learning to Walk in the Dark*

Traducción: *Joana Delgado*

Maquetación: *Marga Benavides*

Corrección: *Sara Moreno*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2014, Barbara Brown Taylor

(Reservados todos los derechos)

Publicado por acuerdo con Harper One,
sello editorial de Harper Collins Publishers

© 2016, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Pere IV, 78 (Edif. Pedro IV) 3.ª planta, 5.ª puerta

08005 Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23

E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-9111-080-4

Depósito Legal: B-6.349-2016

Printed in Spain

Impreso en España en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S. A.

Verdaguer, 1 - 08786 Capellades (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Introducción: Los tesoros de la oscuridad	11
Capítulo 1. ¿Quién teme a la oscuridad?	27
Capítulo 2. El temor de Dios	47
Capítulo 3. Cegados por la luz	69
Capítulo 4. Las emociones oscuras	85
Capítulo 5. Los ojos del ciego	103
Capítulo 6. Penetrar en la piedra	123
Capítulo 7. La noche oscura del alma	145
Capítulo 8. Trabajar a oscuras	163
Capítulo 9. Nuestra señora de las profundidades . .	179
Epílogo: Bendecir el día	197
Agradecimientos	203
Bibliografía y permisos	207

Introducción: Los tesoros de la oscuridad

*Te daré los tesoros de la oscuridad y las riquezas
escondidas en lugares secretos, pues debes saber
que yo soy Jehová, el Dios de Israel, el que te
llama por tu nombre.*

—ISAÍAS 45, 3

«Entra en casa, está oscureciendo». Ésa es mi madre, cada noche decía lo mismo cuando miraba a través de la ventana de la cocina y veía que el sol se estaba ocultando. Poco importaba que la ventana estuviera en Kansas, Ohio, Alabama o Georgia. La oscuridad es la oscuridad, y ella quería que sus hijos estuvieran dentro de casa. Debió de costarle muchísimo llamarnos, pues eso significaba que la casa se llenara del bullicio de tres niñas pequeñas y ruidosas, pero lo hacía igualmente. Nos quería lo suficiente como para dejarnos jugar fuera hasta que las cigarras redoblaban su canto y

los murciélagos cruzaban el cielo, y nos quería lo suficiente para pedirnos que entráramos en casa y no nos ocurriera nada malo en la oscuridad.

La peligrosidad de la oscuridad era como la ley de la gravedad. Nadie podía explicar exactamente cómo funcionaba, pero todo el mundo lo admitía. Cuando caía la noche, los niños se metían dentro, las luces del porche se encendían, las cortinas se corrían y las puertas se cerraban. El interior de la casa parecía un escaparate iluminado con luz artificial: el fluorescente redondo del techo de la cocina, los 40 vatios de la campana; los 25 vatios de las bombillas con forma de vela de la lámpara del comedor, las bombillas de 60 vatios de la lámpara de la sala de estar y el brillo fosforescente de la televisión encendida en el estudio. En una casa así no había nada que no pudieras hacer. Incluso si te levantabas a media noche para ir al cuarto de baño, unas pequeñas luces situadas en el zócalo te conducían a tu destino como si fueras un avión a punto de aterrizar en la oscuridad.

Nunca me cuestioné la necesidad de todas aquellas luces, pues para mí el peligro de la oscuridad era más notorio en el interior de la casa que fuera de ella. Después de que mi madre o mi padre me hubieran dado el beso de buenas noches y hubieran apagado las luces de mi habitación, siempre experimentaba un momento de dicha bajo las sábanas mientras mis ojos se acostumbraban a la tenue luz que entraba por la ventana. Si hubiera tenido un sueño fácil, me habría quedado dormida en aquella nube de satisfacción, pero yo nunca tuve un sueño fácil.

Una vez que el olor de mis padres se desvanecía junto a sus pasos, sentía que su protección desaparecía mientras se

alejaban de mí; una vez que me daba cuenta de que yo ya no estaba en su lista de asuntos pendientes y que dedicaban su atención a otros menesteres, toda aquella oscuridad disuelta en mi habitación se empezaba a reunir en torno al armario y bajo mi cama y crecía con tal hostilidad que no podía apartarla de mis pensamientos.

Sin el beneficio de la madurez o de una terapia, no podía saber que la oscuridad estaba más en mi interior que fuera de mí, o si tenía algún poder sobre ella. Nadie me había enseñado a responder a la oscuridad o al menos a respirar en ella. La idea de que podría ser agradable me era absurda. La única estrategia que había aprendido para enfrentarme a ella era la de encender la luz y gritar pidiendo ayuda. Incluso entonces, cuando mis padres volvían a preguntarme de qué tenía miedo, se tomaban mis respuestas al pie de la letra: «No hay ningún monstruo debajo de tu cama», me aseguraban, arrodillándose para echar un vistazo. «No hay ninguna bruja en tu armario», me decían abriendo la puerta de éste para mostrármelo como si esa prueba científica tuviera validez una vez que apagaban la luz y abandonaban de nuevo mi dormitorio.

Como en esa época yo sólo tenía cinco años, no puedo decir qué habría dicho si me hubieran preguntado de qué color eran los ojos del monstruo y qué es lo que las brujas pretendían de mí. Si lo hubieran hecho, quizás habría sentido más curiosidad por saber qué me aportaba la oscuridad, habría aprendido a mirar en mi interior en vez de mirar a fuera, pero una cosa que mis padres y yo compartíamos era el deseo de solucionar aquello. Ellos querían volver a lo que estuvieran haciendo en la sala y yo quería dejar de sentir

miedo, de modo que busquemos una solución que nos fuera bien a todos: eliminar la oscuridad. Dejaron una luz encendida en mi dormitorio y así nunca estaba oscuro.

Tendríamos que preguntarle a un antropólogo si esta historia infantil está relacionada de algún modo con la historia de la humanidad, pero si miro a nuestro mundo actual, veo claramente que la oscuridad está bastante presente en la agenda de los seres humanos, y no sólo la oscuridad física, sino también la oscuridad metafísica, que incluye la oscuridad psicológica, emocional, espiritual y relacional. ¿Qué quiero decir con «oscuridad»? Imagino que eso depende de cuál sea el color de los ojos de tus monstruos. La mayoría de la gente no sabe lo que quieren decir con «oscuridad», sólo saben que quieren alejarse de ella. Con sólo nombrarla surgen multitud de asociaciones: noche, pesadillas, fantasmas, cementerios, cuevas, vampiros, muerte, diablo, criminales, peligros, dudas, depresión, pérdida, miedo. El miedo es lo más relevante. Casi todo el mundo tiene miedo de tener miedo. Aparte de eso, no hay lista que sea exactamente igual a otra. La oscuridad se adhiere como una sombra, pues es pegajosa, atrae como un imán todo aquello a su alrededor que no esté totalmente iluminado.

Si decides leer el resto de este libro, sabrás todo lo que la oscuridad significa para mí. Por el momento, basta que sepas, por decirlo de manera abreviada, que «oscuridad» significa para mí todo aquello que me aterroriza, aquello de lo que no quiero formar parte, ya sea porque estoy segura de no tener los recursos para superarlo o porque no quiero encontrarme con ello.

En ella se encuentra la ausencia de Dios y el miedo a la locura y a la pérdida de mis seres más cercanos y queridos. También está ahí, junto a la locura y a la pérdida de los seres más cercanos y queridos, el miedo a la desaparición de los casquetes polares, el sufrimiento de los niños y la acuciante pregunta de qué siente uno al morir. Si por mí fuera, yo eliminaría de mi vida, y de las vidas de la gente que amo, desde el dolor crónico de espalda al miedo al diablo, eso si encontrara las luces nocturnas oportunas. Al menos, eso es lo que creo que haría. El problema es el siguiente: cuando, a pesar de todos mis esfuerzos, las luces se apagan (literalmente o de manera figurada, tú eliges) y me sumerjo en una oscuridad, mis piernas flaquean, y sin embargo no me muero. Los monstruos no me llegan a sacar de la cama ni me arrastran a su guarida. Las brujas no me han convertido en un murciélago. Por el contrario, en la oscuridad he aprendido cosas que nunca habría aprendido en la luz, cosas que han salvado mi vida una y otra vez, por lo tanto de ello sólo se desprende una conclusión lógica: necesito la oscuridad tanto como la luz.

El problema es que hay muy pocas personas que puedan enseñarme cómo llegar a ello. Gran parte de los libros más vendidos de la lista del *New York Times*, categoría «How To» (Cómo hacerlo), hablan de cómo evitar diversos tipos de oscuridad. Si quieres aprender a ser feliz y seguir siéndolo, superar a tus adversarios en el trabajo o evitar envejecer comiendo los alimentos adecuados, encontrarás el libro adecuado. Si no eres lector, siempre podrás encontrar a alguien en la radio, la televisión o en una web que te hable de la última estrategia para mantenerte alejado de los lugares os-

curos, o al menos distraerte de ellos durante un tiempo. La mayoría de nosotros tenemos algún que otro aparato eléctrico con una luz en su interior que siempre nos ilumina cuando la oscuridad comienza a descender sobre nosotros. ¿Por qué ver la puesta de sol cuando en su lugar podemos ver las noticias? ¿Por qué pasar la noche en vela cuando un par de partidas al Moonlight Mahjong pueden ayudarnos a volver a dormirnos?

Desearía poder dirigirme a la Iglesia en busca de ayuda, pero muchas congregaciones se preocupan sólo de mantener las luces encendidas, y la última cosa de la que querrían hablar es de hacerse amigo de la oscuridad. Desde los primeros tiempos, los cristianos han utilizado la «oscuridad» como sinónimo de pecado, ignorancia, ceguera espiritual y muerte. Hoy día, si visitas cualquier iglesia, aún oirás hablar así: «Líbranos, oh, Dios, del poder de las tinieblas, ilumina nuestros corazones con la luz del Espíritu Santo y protégenos de las vicisitudes y peligros de la noche».

Puesto que vivo en una granja donde a veces nos quedamos sin luz varios días, esas palabras funcionan a un nivel práctico. Cuando fuera, a oscuras, con -6° de temperatura, oyes cómo alrededor de la casa las ramas de los árboles se rompen con el peso del hielo, tiene bastante sentido rezar pidiendo protección frente a los peligros de la noche. Cuando al anochecer aparecen coyotes en el patio atisbando a tu viejo perro perdiguero como si se tratara de un plato de comida rápida, los peligros de la noche dejan de ser pura teoría. Así que puedo entender perfectamente cómo, antes de la llegada de la luz eléctrica, la gente que se pasaba catorce horas a oscuras fuera sensible a los poderes de las tinieblas

y pidiera a Dios que la librara de ella con la brillante luz de la mañana.

Sin embargo, a nivel teológico, este lenguaje crea todo tipo de problemas. Divide el día en dos partes y enfrenta la luz a la oscuridad, concentra todo lo siniestro en la parte oscura del día e identifica a Dios con las horas de sol mientras deja que te apañes tú con el resto del tiempo. Ello implica cierta perspectiva sobre la gente de piel oscura y las personas con problemas de visión que no son ciertas. Lo peor de todo es que ofrece a las personas de fe un armario gigante en el que poder guardar todo aquello que temen sin pensar demasiado en esas cosas. Se les recompensa por su inconsciencia y se les ofrece una justificación espiritual para poder alejarse de esas cosas, pues «Dios es luz y en él no existe la oscuridad» (1 Juan 1, 5).

Aceptar estas enseñanzas y otras similares al pie de la letra puede llevar a un tipo de espiritualidad que se enfrenta a la oscuridad negando su existencia o, al menos, privándola de toda atención significativa. Yo lo llamo «espiritualidad completamente solar», ya que se centra en permanecer bajo la luz de Dios, absorbiendo y reflejando el lado soleado de la fe. Por lo general puedes reconocer una Iglesia totalmente solar por su énfasis en los beneficios de la fe, lo que incluye sentir la presencia de Dios, la certeza de la fe, la guía divina en todas las cosas y las respuestas creíbles en la oración. Los miembros se esfuerzan en tener una actitud positiva, una convicción firme, unas relaciones personales prácticas y una fe inquebrantable. Todo ello suena como alcanzar el cielo en la tierra. ¿A quién no le gustaría morar en la luz de Dios 24 h al día, 7 días a la semana?

Pero si alguna vez has pertenecido a esa comunidad, es posible que hayas visto que el problema comienza cuando la oscuridad irrumpe en tu vida, algo que puede suceder en cualquier momento y de manera imprevisible: cuando pierdes el trabajo, tu matrimonio se desmorona, tu hijo se desmadra, rezas constantemente pidiendo algo que no sucede y empiezas a dudar de algunas de las cosas que te han enseñado sobre la Biblia. La primera vez que hablas de estas cosas en una Iglesia solar, generalmente tienes público, pero si sigues hablando de ello, es posible que te recuerden que Dios no te probará más allá de tus propias fuerzas. Todo lo que se te pide es tener fe. Si aun así no captas el mensaje, más pronto o más tarde lo tendrás claro: la oscuridad es culpa tuya, pues no tienes fe suficiente.

Después de haber escuchado más de una vez esa sentencia, no creo que sea tan malo como suena. Las personas que me lo dijeron parecían realmente preocuparse por mí. Me ofrecían honestamente lo mejor que tenían. Su soleada espiritualidad no les había dado demasiadas oportunidades para desarrollar habilidades para operar en la oscuridad, y yo les había agotado sus recursos. Ellos no podían entrar en la oscuridad sin poner su propia fe en riesgo, de modo que lo hicieron lo mejor que pudieron. Permanecieron donde yo todavía pudiera escucharlos y me rogaron que volviera a la luz.

Si hubiera podido, lo habría hecho. Había días en que yo hubiera dado cualquier cosa para compartir su visión del mundo y su capacidad para navegar con seguridad, pero entre mis dones espirituales no parece estar el don de la espiritualidad solar, en la cual la luz divina a mi disposición

sufre altibajos temporales. Cuando de noche salgo al porche, nunca veo la misma luna. Algunas noches es redonda y luminosa como un faro; otras, es delgada como la hoz que tengo colgada en el garaje. Hay noches en las que está totalmente ausente y deja una telaraña de estrellas que brillan más por su ausencia. Con todo, la luna es un espejo más fiel de mi alma que el sol, que cada día tiene el mismo aspecto.

Cuando dejé de pensar en que todas esas fluctuaciones significaban que algo iba mal en mi interior, me invadió una gran curiosidad: ¿cómo sería mi vida con Dios si confiara en ese ritmo en vez de oponerme a él? ¿Qué podría temer, exactamente, y qué me estaba perdiendo por buscar reflexivamente la luz? ¿Tendría la suficiente fe para explorar la oscuridad en lugar de usar la fe para cerrar todas mis puertas? ¿Qué me aguardaría si aprendiera a caminar en la oscuridad? Este libro es un registro de lo que vi y de lo que encontré, lo que hace que sea más un diario que un manual. Tu compañía es bienvenida, especialmente si también has experimentado fases en la claridad de tu alma.

Como tú y yo no nos conocemos, quizá te ayude saber que he pasado la mitad de mi vida ejerciendo de sacerdote en la Iglesia episcopal. Me ordenaron como tal hacia los treinta y pocos años y he servido en un par de iglesias hasta llegar a la cincuentena. Después, decidí dejar el ministerio por un buen número de razones, entre ellas la pérdida de fe en la institución a la que estaba sirviendo. Al escribir un libro acerca de esa experiencia, he descubierto mi riña de enamorados con la Iglesia. Digamos que una romántica introvertida con un toque de trastorno obsesivo-compulsivo no constituye un buen pastor. Pero, además, también descubrí

varias cosas acerca de mi educación cristiana en las que no había reparado cuando estaba implicada en mi labor evangélica.

El descubrimiento principal fue la forma en la que la enseñanza cristiana prospera, dividiendo la realidad en pares opuestos: bien-mal; Iglesia-mundo; espíritu-carne; sagrado-profano; luz-oscuridad. Aunque no seas cristiano, es fácil determinar cuál mitad es «superior» y cuál «inferior». En cada caso, el lenguaje de los opuestos funciona situando la mitad de la realidad más cerca de Dios y la otra mitad más lejos. Eso no sólo simplifica la vida de las personas que no quieren dedicar demasiado tiempo a pensar si las divisiones realmente se sostienen, sino que también les ofrece un sólido propósito, mostrándoles batallas diarias para en las que participar. Cuanto más superan el mundo de la carne, mejor. Cuanto más repelen el poder de las tinieblas, más se acercan a Dios. El objetivo final es vivir para siempre con ese Dios, en un cielo luminoso en el que la parte negativa de cada ecuación terrenal se reduzca finalmente a polvo.

Después de estar años usando ese lenguaje para orar, enseñar, predicar y celebrar los sacramentos, me enamoré de él, no sólo de las palabras en sí, sino también de la visión de la realidad que representan. Fue una gran pérdida, tan llena de dolor como cualquier otra. Al principio, el lenguaje era un gran alivio, identificaba el tira y afloja interno y externo que yo tenía. ¿Por qué me sentía tan incómoda conmigo misma? ¿Por qué hacía cosas que sabía que estaban equivocadas? Cuando era más joven, este tipo de temas no me dejaban dormir pensando en qué era lo que fallaba en mí. Cuando la enseñanza cristiana me ofreció una respuesta,

que me atrapó en la batalla esencial entre carne y espíritu, me ofreció también una estrategia para alcanzar la victoria. Si yo me hubiera comprometido a seguir a Jesús, cada día y de todas las maneras, habría regresado de la oscuridad para vivir con él en la luz.

Mi lenguaje, claro está, fue evolucionando con los años a medida que iba madurando en la fe, pero mi visión global del mundo no cambió. Incluso después de encontrar una Iglesia que confirma la bondad de la creación como yo la conozco, con el culto dominical basado en el sacrificio de la sangre que hizo de la muerte del cuerpo el camino hacia la vida eterna. Después de ser ordenada como sacerdote, conduje la congregación con bellas y dolorosas oraciones en las que se daban las gracias a Dios por los dones de la tierra, la Iglesia y el Espíritu, pero también pidiendo a Dios que nos librara de las tentaciones del mundo, de la carne y del diablo. Puesto que ese lenguaje se corresponde enormemente con el de las escrituras, se transformó en uno solo. Además parecía funcionarle a mucha gente, del mismo modo que me había funcionado a mí.

Bastante más tarde, tras haberme resignado a pronunciar esas palabras de forma regular, éstas me empezaron a sonar poco convincentes. La explicación de lo que iba mal en mí ya no fue más un alivio, sino una fuente continua de sufrimiento. Su descripción de la realidad divina ya no me sobrecogía con la fuerza de la revelación, sino que resonaba en mí con el estruendo de un llamamiento a la verdad que exigía una inspección más cercana. El repetir eso una y otra vez en un lugar sagrado hizo que pasara por alto el modo en que dividen a la gente en dos, enseñándonos repetidamente

que tenemos dos mentes, dos naturalezas, dos lealtades, dos hogares, y que sólo el auténtico estaba cerca de Dios. Demasiado hincapié en todo esto puede volver loca a una persona.

Así que escribí un libro en el que me centré en las prácticas espirituales enraizadas en la vida humana, común y ordinaria en la tierra, en cosas como ir a dar un paseo, fijar la atención en un árbol, colgar la ropa para que se seque, tratar a los demás como reflejos de Dios. Así fue como supe que a la gente de fe no le sirve de gran ayuda pensar en su vida ordinaria como en algo particularmente sagrado. Lo único que tienes que hacer para recibir una nota de agradecimiento de algunas de ellas es dejar constancia de lo que han sabido siempre: que los días de su vida no se dividen fácilmente en bondad y maldad, espíritu y carne; que algunas de las mejores cosas que les han sucedido han tenido lugar en la oscuridad, y algunas de las peores, en iglesias bien iluminadas; que sus cuerpos han sido fuente no sólo de grandes dolores, sino también de grandes placeres; que experimentan el mundo como un lugar de maravillas y también de desastres, y que es difícil cualquier camino de salvación que divida la realidad en dos y les pida que renuncien a la mitad más oscura.

En muchos sentidos, este libro es el tercero de una trilogía dedicada a contemplar la parte oscura de las cosas, o al menos las palabras que se usan para describirlas, primero el mundo, luego la carne, ahora la oscuridad; y no sólo porque esas palabras hayan sido largamente difamadas, sino también porque hay mucha vida en ellas que ha sido rechazada con falaces argumentos. De haber alguna verdad en la ense-

ñanza de que la realidad espiritual se divide en dos mitades, la verdad está en que esas dos mitades se equilibran, no se oponen. ¿Qué puede significar la luz sin la oscuridad? ¿Quién conoce el espíritu sin conocer también la carne? ¿Hay alguien totalmente bueno o totalmente malo? ¿Dónde está la Iglesia que vive fuera del mundo? La gente de fe que está comprometida con la plenitud de la vida trabaja duramente para nosotros, aunque sólo sea para cambiar la forma en la que hablamos.

Este libro se llama *Aprender a caminar en la oscuridad* porque considero que eso es una habilidad espiritual que algunos de nosotros podemos utilizar en el momento presente.

Como he mencionado anteriormente, «oscuridad» tiene un significado distinto para cada persona. No sé lo que significa la oscuridad de vivir con una enfermedad crónica o intentar criar a un hijo en un campo de refugiados, por ejemplo. Mi vista funciona bien. Nunca han abusado sexualmente de mí. En resumidas cuentas: mi experiencia acerca de la oscuridad física no va más allá de haber leído un libro sobre la mala iluminación.

Tengo alguna experiencia concreta en el campo de la oscuridad espiritual: miedo a lo desconocido, familiaridad con la ausencia divina, recelo acerca de la sabiduría convencional, sospecha de religiones confort, aguda conciencia de los límites de todo lenguaje sobre Dios y al mismo tiempo vergüenza por mi incapacidad de hablar de Dios sin un millar de calificaciones, dudas sobre la salud de mi alma, y el desprecio apenas contenido por quienes no tienen tantos reparos. Éstos son los campos de mi competencia.

Si alguno de esos temas te suena, es probable que tú también puedas beneficiarte de aprender a caminar en la oscuridad. Quizás eres una persona joven que necesita una gran fe en este momento, pero la que heredaste de tus padres no te funciona. Quieres algo más contundente, con un mayor propósito. Quieres algo que pida más de ti que no simplemente sentarte y escuchar tranquilamente mientras alguien te dice cómo vivir. Sabes que está ahí, pero ¿dónde? Quizá sea el momento para pasear en la oscuridad.

Si eres una persona de mediana edad, quizá algunos de tus sueños de Dios han muerto bajo el peso de tu experiencia. Has llamado a puertas que no se te han abierto. Has pedido pan y te han dado piedras. El trabajo que una vez te definió ha perdido su significado; las relaciones en las que una vez te apoyaste han cambiado o han acabado. Ha llegado el momento de reinventar todo, desde tu vida laboral y tu vida amorosa a tu vida con Dios. ¿Cómo crees que debes hacerlo y de dónde vendrá la sabiduría necesaria? No de un taller de fin de semana. Quizá sea el momento para pasear en la oscuridad.

Puesto que he pasado al menos media vida en las iglesias, estoy especialmente consciente de cuántos cristianos de los viejos tiempos están en este momento buscando en la oscuridad. La asistencia a las iglesias está de baja y la duda está en alza. Hay muchas iglesias pequeñas que están cerrando o vendiendo sus edificios. Parece como si toda la energía divina estuviera yendo al hemisferio sur, dejando a los viejos creyentes en el norte con un severo caso de trastorno afectivo solar. En momentos como éstos, aprender a caminar en la oscuridad es una habilidad especialmente valiosa, o tal

vez debería decir *recordar* cómo caminar en la oscuridad, ya que las gentes de fe tienen profundos conocimientos sobre la forma de vivir largas noches en la jungla. La mayoría de nosotros, una vez llegamos, olvidamos de dónde venimos y a dónde vamos.

Recordar lleva tiempo, como estirar una pierna agarrotada y esperar a que se desentumezca. Uno no puede darse prisa, por mucho que desee llegar a un determinado lugar, debe esperar. El primer paso para aprender a caminar en la oscuridad es controlar la situación. El siguiente es firmar la renuncia que te permita enfrentarte a aquellas cosas que te producen temor. Y, por último, se trata de que pidas a la oscuridad que te enseñe aquello que necesitas saber. Si no has tenido nunca antes un director espiritual, has empezado muy arriba. Déjate guiar y pronto tendrás unos nuevos compañeros tan valientes y tan intrigados como tú en la noche del alma.

Mientras tanto, aquí tienes unas buenas noticias que puedes utilizar: incluso cuando se va la luz y aparece la oscuridad, como sucede cada día en la vida de todos, Dios no entrega el mundo a ninguna otra deidad. Que no puedas ver hacia dónde vas y que nadie responda cuando llamas, no significa que estés solo. Hay una presencia divina que trasciende a todas tus ideas, y también a todos tus medios para pedir ayuda, y no se trata de usar la oscuridad como una bola de demolición que tira por tierra todos tus falsos dioses, sino de decidir confiar en el testimonio de aquellos que han llegado antes que tú, o de decidir lo que sea necesario para llegar a ser tú mismo un testimonio, es decir, el testimonio de la fe: la oscuridad no es la oscuridad de Dios; la noche es tan clara como el día.

Puesto que éste es un libro para caminar en la oscuridad, es posible que a veces sea difícil ver su estructura. Los capítulos siguen las fases lunares, empiezan y acaban con luna llena. Tras un capítulo de noches sin luna, la luz empieza a crecer de nuevo. Una vez decidí explorar la espiritualidad de la luna, opté por seguir en pos de la oscuridad hasta donde ella me llevara, por lo cual en este libro hay cosmología, biología y psicología, así como historia y teología; todo aquello que aporte sabiduría a la experiencia humana de la oscuridad, pues esa experiencia explica aquello que amamos y tememos de la noche. Los lectores son libres de interpretar la ciencia en sentido literal, aunque debo confesar que gran parte del sentido que yo le doy es figurativo. Una vez, tras detenerme en la entrada de un gran laberinto, en una catedral muy antigua, el guía me dijo: «A partir de este punto, todo lo que ocurra es una metáfora de su vida». Es posible que tú, lector, aceptes lo que sigue con ese mismo espíritu. Lo que yo he querido transmitir en estas páginas, lo que tú extraigas de ellas, es una metáfora de tu vida.

Nunca he escrito un libro que me haya dado tanta pena acabar, pues he disfrutado enormemente escribiéndolo. Mi consuelo es saber que esta noche saldré al porche de mi casa, caminaré y veré la luna brillando encima de mí, como una madre que me dice: «Vamos, sal afuera, que está oscureciendo».

Capítulo 1

¿Quién teme a la oscuridad?

*Quienquiera que seas, cualquier noche, da un
paso y sal de la casa que tan bien conoces.
El inmenso espacio está muy cerca.*

—RAINER MARIA RILKE

Es finales de agosto, estoy en el patio de casa, tumbada sobre un colchón inflable, esperando que el viernes pase a ser viernes noche, y pienso en lo equivocada que está la gente cuando dice: «Es bien clara la diferencia entre el día y la noche». Puede que eso sea cierto a mediodía o a medianoche, pero ahora, en el borde entre el día y la noche, la diferencia es tan confusa que recibe varios nombres: atardecer, crepúsculo,

anochecer, ocaso... Cuando me incorporo para ver mejor, el colchón suena como una balsa de goma deslizándose por el manto de la noche. Según los rabinos, el Sabbath empieza cuando en el cielo hay tres estrellas visibles, así que según eso, aún no ha llegado, aún tiene que cubrirse gran parte de la tierra entre el anochecer y las tres estrellas.

Estoy aquí fuera para empezar mi estudio acerca de la oscuridad desde la realidad, con la mirada de un artista o de un astrónomo, en vez de intentar descubrir cuánto tiempo tengo antes de irme a la cama. La mayoría de las veces, el atardecer sólo me sirve para indicarme que los caballos están pateando frente a la cerca esperando comer. Una vez que ellos y los tres perros han vaciado los baldes y los cuencos, es la hora de volver a la cocina a hacer la cena, revisar todo lo que se va acumulando aquí y allá a lo largo del día, poner en marcha la lavadora, y puede que mirar un episodio antiguo de la serie *Anatomía de Grey* antes de sentarme a leer un buen libro hasta que las palabras me bailen y el sueño haga que apague las luces.

Algunas noches, estoy tan distraída que ni siquiera me fijo en qué fase está la luna, lo cual fue el principal motivo para irme a vivir al campo. Cuando Ed, mi marido, y yo vivíamos en la ciudad, casi nunca mirábamos el cielo. Cuando íbamos en coche, mirábamos los semáforos; cuando íbamos andando mirábamos las aceras mientras hablábamos de los trabajos, del fin de semana y de los hijos. Teníamos pocos motivos para mirar hacia arriba, pues el cielo nocturno era casi siempre del mismo color. La bóveda reflectante que cubría la ciudad absorbía toda la luz que salía a su paso y se convertía en una capa metálica de color topo que apenas

dejaba vislumbrar algún cuerpo celeste. Incluso estando la luna llena era difícil contemplarla entre los grandes edificios que rodeaban la ciudad.

Una noche, en nuestro paseo vespertino, decidimos llevar anclas y trasladarnos a un sitio donde pudiéramos familiarizarnos con la luna en todas sus fases. Si esto no te parece demasiado relevante, me va a ser difícil explicártelo. Tiene que ver con la conciencia cada vez mayor de que nuestras propias fases estaban contadas y que no teníamos todo el tiempo del mundo para empezar a prestarles atención. Por otra parte, hay algo prometedor en los ciclos de la luna —ahora la ves, ahora no la ves—, para aquellos que están a más de la mitad del camino, lo que hace ver el mundo como una vida lineal con períodos determinados.

Cuando me trasladé a vivir al campo, asumí las pérdidas, pero sólo el cielo ya vale la pena. Esta noche, por ejemplo, estoy tumbada sobre unas losas que aún conservan el calor del sol. La casa está justo detrás de mí, en lo alto de una pequeña colina. La panorámica que tengo delante se extiende en todas direcciones, la colina se pierde en la oscuridad y la silueta de una gran montaña pelada domina el horizonte. No se ve ninguna otra vivienda en los alrededores, lo que significa que no hay luces de casas, de porches, de seguridad, ni tampoco faros que compitan con cualquier cosa que esté a punto de aparecer en el cielo.

Sobre mi cabeza, el cielo ha pasado del color azul al azafrán y a un ciruela oscuro, y en el horizonte unas delgadas nubes grises se empapan en él como trapos tendidos. El aire no es fresco todavía, pero se está enfriando rápidamente. La ligera manta de algodón que me he echado sobre las piernas

está empezando a humedecerse. Siento el rocío en los labios. Por encima de mi cabeza, un murciélago da vueltas y más vueltas mientras atrapa en el aire a desafortunados insectos. Si los rabinos hubieran dicho que el Sabbath empieza cuando ves tres murciélagos en el cielo, entonces yo ya estaría en esa parte del camino, pero aún no hay estrellas en el cielo. Me pareció ver una hace apenas un minuto, pero cuando parpadeé de nuevo ya no estaba.

De día, es difícil acordarse de que todas las estrellas siguen en el cielo, aunque yo estuviese demasiado cegada por el sol para verlas. Mientras voy en coche a la oficina de correos para recoger las cartas, es posible que una estrella fugaz pase justo por encima del capó de mi coche. Cuando vuelvo de la biblioteca de devolver un libro prestado, es posible que el cinturón de Orión esté centelleando justo encima de mí. Siempre es de noche en algún lugar, lo que da la oportunidad de ver, sentir y pensar cosas que quedan ocultas durante el día.

Puesto que la oscuridad literal es a la vez el desencadenante y la metáfora de casi todos los otros tipos de oscuridad, parece un buen sitio para empezar. En la oscuridad hay tanto folklore, tantos fardos que la gente llena de esperanzas y miedos y que son muy diferentes a los míos que es importante prestar atención a su llegada, dejar que la curiosidad desplace a la evasión. Aunque sólo sea por una noche, ¿qué puedo aprender acerca de la oscuridad tumbándome a esperarla como ahora hago?

Según el Observatorio Naval de Estados Unidos, cada día termina con tres crepúsculos diferentes. El crepúsculo civil comienza un poco antes del anochecer, cuando te das cuenta de que tienes que encender los faros del coche. Hay

quien no se da cuenta hasta que se le cruzan tres coches que le hacen señales con las luces, entonces le sobreviene cierta confusión, ¿se ha dejado *otra vez* la cartera encima del coche?, hasta que el cerebro enlaza una oscuridad con otra y el sujeto enciende las luces.

Cuando me siento en el patio a leer el correo, el crepúsculo civil ya se ha acabado. La luna, enorme, está echada sobre el horizonte oscuro. Esta noche estará llena, lo que los primeros habitantes de este lugar llamaban «luna de granero», pues este verano se está cosechando el heno por segunda vez. Aún hay suficiente luz, de vez en cuando veo lo que parece algo así como un biplano en miniatura —quizás una libélula o una par de insectos copulando—. Al parecer, el murciélago lo llama noche.

El crepúsculo náutico llega después, cuando las estrellas más brillantes son lo suficientemente visibles como para poder guiarse por ellas. Eso significa que Venus será la favorita, que aparecerá muy baja, hacia el oeste, mientras las cigarras elevan el tono de sus coros en el bosque. Esta noche hay menos grillos, pero también envían sus mensajes, junto a un par de pájaros nocturnos que tratan de encontrarse uno al otro en la oscuridad. Cuando en la casa se pone en marcha el compresor del aire, me siento culpable. No tenía ni idea de lo fuerte que suena aquí, interrumpiendo claramente todo un valle lleno de criaturas que están intentando comunicarse entre ellas.

Encima de nuestras cabezas, la llegada del crepúsculo náutico no se ve demasiado bien.

Ha crecido la delgada capa de nubes grises y ha tapado la luna y el resto del cielo. ¿Qué hace la gente en noches así, en

países donde el inicio de un festival o un ayuno lunar depende de contemplar la luna? De vez en cuando se ve mientras las nubes desfilan delante de ella. Por un momento parece el ojo de un halcón de perfil, al minuto siguiente parece el ojo que hay sobre la pirámide de los billetes de dólar. ¿Por qué simplemente no parece la luna entre las nubes? No lo sé, lo único que sé es que no me canso de atraer la luna a la tierra comparándola con algo que conozco aquí abajo.

Cuando las nubes son tan espesas que no hay lugar a duda de que el crepúsculo náutico no va a tener lugar esta noche —y mucho menos el astronómico, que empieza cuando incluso las estrellas más tenues son visibles—, pienso que debería entrar en casa, pero no lo hago. El cielo cambia cada dos segundos, la brisa es ligera pero apreciable. Los sonidos provienen de todos sitios a un tiempo. Si pongo la mano sobre las losas en las que estoy sentada, aún puedo sentir el calor del día en ellas, como si la tierra fuera un animal durmiente que desprende calor.

Entrar en casa sería como dejar un vaso de agua fresca de manantial para ir a beber un refresco de cola. Sería como apagar una vela color perla para ir a leer con una luz fluorescente. ¿Por qué alguien haría eso? La única razón que se me ocurre es porque no sepa qué hacer con tanta noche, sobre todo porque nada de lo que puede hacer por la noche sea productivo, útil o moderadamente aeróbico.

Esta lucha sigue cerca de unos veinte minutos, hasta que gana la productividad. Dejo mi balsa de losas, doblo la manta de algodón y arrastro el colchón hasta el porche. Después, digo buenas noches a la luna y me meto en casa para enfrentarme a los restos de mi día.