

Homeopatía sin fronteras

Homeopatía y Sufrimiento Emocional: un Camino de Evolución

Guillermo Basauri*

En el estado de salud, la fuerza vital (autocrática) que dinámicamente anima el cuerpo material (organismo), gobierna con poder ilimitado y conserva todas las partes del organismo en admirable y armoniosa operación vital, tanto respecto a las sensaciones como a las funciones, de modo que el espíritu dotado de razón que reside en nosotros, puede emplear libremente estos instrumentos vivos y sanos para los más altos fines de nuestra existencia.

Órganon (parágrafo 9), Dr. Samuel Hahnemann.

Comienzo mi segundo artículo en **La Homeopatía de México** con el mismo parágrafo del *Organon* en el que el doctor Samuel Hahnemann explica claramente, a su entender, el fin último de la medicina: liberarnos del sufrimiento para poder alcanzar los más altos fines de nuestra existencia. Fin último que yo comparto desde lo más profundo de mi ser.

¿Por qué sufrimos los seres humanos?

Desde la antigüedad, todas las grandes tradiciones filosóficas y espirituales han entendido, de alguna manera, que el origen del sufrimiento del ser humano se encuentra en la ignorancia, en el olvido de quiénes somos y en la falta de coherencia en nuestra forma de vivir con relación a nuestra naturaleza profunda.

“Conócete a ti mismo” es la frase inscrita en la entrada del templo de Apolo, en Delfos. Los más grandes filósofos griegos como Pitágoras, Sócrates, Platón o Aristóteles también hicieron suya la idea de que nunca sería posible desarrollar todo el potencial humano sin un conocimiento profundo de su naturaleza.

Los *Yoga Sutras* (en sánscrito “aforismos del yoga”) son los antiguos textos fundacionales del yoga recopilados en un libro por el sabio Patanjali, presumiblemente en el siglo III a. C. Esta sabiduría milenaria fue transmitiéndose por tradición oral hasta que este pensador hindú, también conocido como Gonardiya o Gonikaputra, los recopiló en el libro que hoy conocemos como *Los Yoga Sutras de Patanjali*.

*Experto universitario en Homeopatía y profesor de esta disciplina médica en el Centro de Enseñanza y Desarrollo de la Homeopatía (CEDH), España. Especialista en Osteopatía y medicina naturista; miembro de la Sociedad Española de Medicina Homeopática (SEMH) y de la Sociedad Española de Puericultura (SEP). Vocal de Comunicación de la Asamblea Nacional de Homeopatía (España).

La ciencia del yoga tiene como objetivo conectar al ser humano con su más profunda esencia, de manera que pueda relacionarse con la Vida desde lo real, no desde lo ilusorio. En los *Yoga Sutras*, Patanjali recoge las cinco causas del sufrimiento humano, las cinco *kleshas* u obstáculos que nos impiden ser felices y liberarnos del sufrimiento. La primera, origen de la otras cuatro, es la ignorancia.

Pero, ¿la ignorancia de qué? ¿el olvido de qué? Pues de que somos seres divinos, eternos e inmortales encarnados en una realidad finita pero indispensable para vivir esta experiencia humana. Y que el sentido de esta experiencia humana es comprender esa realidad para llegar a vivir en coherencia con lo que somos, en coherencia con nuestra **esencia**, cuya naturaleza es el **amor** y todas sus cualidades.

Mientras no seamos capaces de vivir desde la esencia, tendremos que interactuar con la vida desde algún otro lugar de nosotros mismos. Ese “piloto automático”, ese “sistema operativo” que conduce nuestro coche cuando su legítimo piloto duerme es nuestro ego, con su personalidad, sus pensamientos y sus sentimientos asociados.

Lo que ocurre es que el ego no comprende la vida porque su sistema operativo es un sistema binario: me gusta-no me gusta. Para el ego las cosas o los acontecimientos son buenos o malos, le interesan o no le interesan, le convienen o no le convienen. Para la esencia todo lo que existe es, sencillamente, digno de ser amado. Y todas las experiencias que vivimos son dignas de ser vividas porque todo tiene un significado profundo en el transcurso de nuestra evolución.

El ego funciona en el juicio y la comparación. La esencia funciona en el amor y la aceptación. Pero ¡ajo!, el ego es maravilloso. ¿Cómo podríamos vivir la experiencia humana si nuestro piloto está dormido y no hay nadie que nos permita interactuar con la vida?

El problema es que le damos al ego las responsabilidades que no le corresponden. El ego es formidable para hacerse cargo de lo cotidiano, para organizar la vida, pero no para comprenderla. Nosotros mismos lo hemos creado a la espera del momento en el que podamos apagar ese piloto automático, cuando el conductor, nuestra esencia, se haga por fin cargo de los mandos.

Como escribía San Juan de la Cruz, en la última estrofa de su *Noche oscura*, hablando del ego: “Quedéme, y olvidéme, el rostro recliné sobre el Amado, cesó todo, y dejéme, dejando mi cuidado

entre las azucenas olvidado”.

Cuando podamos reclinarnos sobre el **amado**, nuestra **esencia**, la noche oscura cesará, el sufrimiento cesará y podremos dejar a nuestro ego, con amor y agradecimiento, delicadamente, descansando entre las azucenas olvidado.

El espíritu de la Homeopatía: observación y experimentación

Todas las personas buscamos la felicidad, todas. Por extraños que nos parezcan los caminos, nuestro último afán en la vida es sentirnos felices, sentirnos en paz. La paz, la serenidad, la alegría, la gratitud, la compasión, la humildad, la equidad, el discernimiento, la sabiduría, la templanza, la creatividad, la solidaridad, la aceptación, la libertad, la salud, son atributos de nuestra **esencia**. Son cualidades y expresiones del **amor**.

La lucha, la competitividad, la envidia, la escasez, la preocupación, la venganza, la revancha, la resignación, el orgullo, la enfermedad y el sufrimiento... pertenecen al **ego** que todo lo juzga y que sólo acepta lo que considera benéfico para él.

A lo largo de la historia, en Oriente y en Occidente, han hablado de esto seres humanos que ya lo habían experimentado y que vinieron a esta Tierra con el propósito de guiarnos en el camino hacia la dicha de vivir en coherencia con lo que somos, en coherencia con nuestra **esencia**.

Pero no creáis nada. No creáis a nadie. Por supuesto, no me creáis a mí. Experimentad. Como hizo el doctor Hahnemann: observad y experimentad.

Todo esto que os comparto para mí no son sólo palabras; son experiencias de vida. Cuando soy capaz de alinearme con mi **esencia**, cuando vivo confiando en la vida y conectando con ella y con los demás desde un lugar amoroso y compasivo mi vida se vuelve mucho más ligera y todo es más fácil. Pero cuando vivo enganchado en mi ego, preocupado por mí, juzgándolo todo y sintiendo todo y a todos como separados de mí, como algo extraño, entonces la vida se vuelve algo duro, arduo y difícil, a veces aterrador.

Todo esto es algo personal e intransferible; cada cual tendrá que hacer su experiencia. Yo os comparto la mía porque la Homeopatía me ha ayudado de una manera preciosa a conocer mejor la naturaleza

humana, a mis pacientes y a mí mismo, y a poder así ayudar a muchos de ellos, no sólo con nuestros medicamentos sino también con mi presencia, con mi **ser**.

Los núcleos profundos de nuestro conflicto existencial

Cuando nos encontramos en nuestra consulta con un paciente sensible a **Silicea** podemos ver a una persona amable y tímida, aunque muy observadora, algo nerviosa y muy sensible e inteligente. Una persona sensible a **Lycopodium** se mostrará segura, algo altiva, muy correcta y, normalmente, perfectamente vestida y conjuntada.

Pero nosotros sabemos que estas dos personas tan aparentemente distintas tienen algo profundo en común: su sentimiento de inferioridad, de no ser capaces, de no dar la talla. Lo que ocurre es que cada uno de ellos va a desarrollar una respuesta neurótica de defensa ante ese sentimiento radicalmente diferente. **Silicea** se convertirá en el “ratoncito asustado” y **Lycopodium** en el “perro ladrador, pero poco mordedor”.

Si conocemos el núcleo profundo del conflicto de cada paciente y comprendemos, sin juzgar, su neurosis de adaptación, podremos empezar a ser capaces de ayudarles desde nuestra presencia y nuestras palabras.

Entender que una persona es sensible a **Septipia**, **Lachesis**, **Aurum** o **Phosphorus** conlleva también tomar consciencia de sus fragilidades emocionales y esto nos puede ayudar a acompañarle en su proceso desde un lugar que a él le resuene.

Os propongo hacer un pequeño recorrido, a modo de ejemplo, por 10 de nuestros medicamentos de prescripción más habituales, al menos en mi experiencia, para entender qué pueden necesitar de nosotros cuando cada uno de ellos esté atravesando una de sus noches oscuras.

Lycopodium

El núcleo del sufrimiento de las personas sensibles a **Lycopodium** es su sensación de sentirse débiles e inadecuadas, incapaces e impotentes para afrontar la vida. El miedo y la cobardía que esto provoca se

intenta compensar con una actitud de prepotencia y altanería. Como dice el refranero español: “Dime de qué presumes y te diré de qué careces”.

Lo que **Lycopodium** necesita saber es que: la vida no es una competición en la que sólo son amados y valorados los vencedores, los mejores o los “número uno”. El poder no es lo que da valor a un ser humano.

No estamos aquí para competir y vencer, sino para evolucionar y desarrollar nuestros dones y capacidades. Y siempre desde la deportividad: lo importante no es ganar sino participar.

Silicea

En mi experiencia, las personas sensibles a **Silicea** son, posiblemente, de los seres humanos más conectados con su alma. Son sensibles y muy inteligentes, con una naturaleza básicamente bondadosa. Son dulces y reservados, y no buscan imponer sus convicciones, aunque estas puedan ser muy firmes y profundas. Saben escuchar, son capaces de cambiar de parecer y raramente se muestran agresivos o críticos.

Pero a **Silicea** lo que le limita es una sensación de falta de energía y de fragilidad para afrontar la vida. Por ello no suele desarrollar patología severa a nivel mental o emocional. El individuo de esta descripción no tiene un verdadero conflicto consigo mismo, es tan sólo que le falta energía, cuando dicha sensación se hace muy presente pueden mostrarse distantes, espesos mentalmente y con tendencia a las ideas fijas, como si su mente hubiera perdido la flexibilidad que le caracterizaba.

Lo que **Silicea** necesita saber es que: sólo sentirá todo su potencial energético cuando comprenda que lo que necesita es conectarse con una fuente de energía más amplia. Esa fuente de energía tiene que ver con su corazón, con su bondad. En cuanto **Silicea** empieza a actuar desde su alma, conecta con su energía y su fuerza. Esto es algo que nos pasaría a todos, lo que ocurre es que las personas **Silicea** están evolutivamente ya muy cerca de alcanzarlo.

Lachesis

Si a la derecha tenemos a **Lycopodium**, a la izquierda nos encontramos con **Lachesis**. El núcleo central de su dolor emocional es la sensación de haber

sido abandonado, traicionado. Ante esta sensación desarrollará un sentimiento de culpa (consciente o, generalmente, inconsciente); se cree malo, pero lo rechaza, proyectándolo sobre los demás. Así, creará en su ego una buena imagen de sí mismo, creyéndose sinceramente bueno y rechazado.

En este contexto, su respuesta neurótica de defensa será el egocentrismo y la paranoia, volviéndose una persona agresiva, violenta, autoritaria, soberbia, crítica, logorreica (con exagerada locuacidad), dominadora, envidiosa, exigente y celosa. Busca una forma de dominio y de poder sobre los demás más sutil que **Lycopodium**, más manipulador. Se mostrarán siempre sobreexcitados, en la búsqueda constante de una descarga para aliviarse. Bueno, siempre sobreexcitados hasta que caen en alguna de sus fases depresivas, con una profunda angustia y misantropía.

Lo que **Lachesis** necesita saber es: confiar en los demás para evitar estar en constante fricción. Amar es compartir. Lo que vemos en los demás y nos irrita suele ser el mejor espejo de nosotros mismos.

Sulphur

Sulphur vive demasiado centrado en sí mismo; se siente el centro del universo. Lo más importante para **Sulphur** es él mismo y sus necesidades, por eso le cuesta mucho tener en cuenta el “exterior”. Es como si entre él y el resto se levantase un muro de cristal. Así, el adulto **Sulphur** puede mostrar un comportamiento muy infantil con gran dificultad para compartir las responsabilidades; por eso es común que rechace todo lo que a él no le guste, le convenga o le apetezca.

Sulphur puede mostrarse como un exaltado voluble y caprichoso, con delirios de grandeza, pero con muy poca resolución a la hora de la verdad. Se le podría aplicar perfectamente el dicho de “mucho ruido y pocas nueces”.

Le cuesta ver la realidad y, sobre todo, ver **su realidad**. Es un maestro evitando y rechazando los problemas como si no fueran con él, “escondiendo la cabeza bajo tierra”. La fuerza centrífuga del medicamento también se hace presente en su mundo emocional.

Lo que **Sulphur** necesita saber es que: en esta vida todos somos únicos e irremplazables. Los demás también existen y sus necesidades son tan

importantes como las suyas. El sentido de la vida reside en ser capaz de transitar el camino que va desde el “yo” hasta el “nosotros”.

Phosphorus

Las personas sensibles a **Phosphorus** tienen una profunda necesidad de belleza y de armonía, siempre en busca del objeto ideal que, por supuesto, no encuentran. Esto les produce sentimientos de insatisfacción y de frustración; la mediocridad de la realidad les deprime.

Lo que **Phosphorus** necesita saber es que la belleza no es algo absoluto ni la perfección es necesaria. Lo importante no es buscar la luz y la belleza fuera de nosotros, sino ser capaces de iluminar y de embellecer con nuestra presencia. La belleza está en todo, a condición de que lo miremos con los ojos del alma.

Pulsatilla

El Dr. Hahnemann dijo de **Pulsatilla**: “Sana a las mujeres de naturaleza suave, dócil, sosegada y sumisa; no es porque lleven en ellas estos síntomas primitivos, estas cualidades, sino lo contrario. Así, cuando yo tomé o hice tomar **Pulsatilla** en alta dilución, siempre produjo, en mí y en mis pacientes, acidez, rebeldía... resentimiento”.

Pulsatilla confunde el amor con la dependencia. Vive las relaciones de una forma fusional, como si viviera sus vínculos a través de un imaginario cordón umbilical. Busca que sus relaciones la sostengan, que la “alimenten”, y así se pueden volver auténticos “vampiros emocionales”. **Pulsatilla** guarda tras su imagen dulce y sumisa una realidad irritable, tiránica y caprichosa que saldrá a la luz cuando sus necesidades de amor fusional no se cumplan. Y esto se ve especialmente en los niños.

Como **Lachesis**, se siente abandonado, pero, al contrario de éste, busca satisfacer su necesidad de protección y sostén a través de la seducción, de la dulzura y de la sumisión, como primera estrategia. Su lema podría ser: “¿Cómo quieres que sea para que me quieras?”. **Lachesis** no es pasiva como **Pulsatilla**. **Lachesis** lo toma, lo exige.

Lo que **Pulsatilla** necesita saber es: la calidad del amor no es tomar sino dar. Paradójicamente,

y en Homeopatía entendemos muy bien el valor de las paradojas, cuanto más das, más te llenas.

La soledad es una fantasía del ego. Todos estamos conectados y cuando somos capaces de sentir esa conexión el amor sin dependencia es posible.

Sepia

Sepia no puede conectar con la dulzura, con la ternura ni con el calor de la vida. No sabe cómo mostrar su amor de una forma emocional y lo sustituye por el sentimiento del deber. Intercambia amor por abnegación, esto es, la renuncia voluntaria a los propios deseos, afectos o intereses en beneficio de otras personas. Al final, es frecuente que acabe tan agotado de “cargar con el mundo sobre sus espaldas” que termine tirando la toalla y dejando caer todo y a todos.

Sepia puede mostrarse como una persona fría y pesimista. Le falta la “chispa de la vida” que intentará encontrar en la acción; hacer, hacer y hacer. Necesita estímulos intensos que le saquen de su sensación de estancamiento. Así, yo he oído hablar de **Sepia** como la “**Nux vomica** femenina”.

Lo que **Sepia** necesita saber es que: el calor del corazón no se encuentra activando el cuerpo. La ternura es una cualidad de todo ser humano. Todos somos capaces de expresar el amor porque es lo esencial de nuestra naturaleza. Muchas veces, menos es más. Dejar de hacer para sentir, para ser.

Aurum

Este elemento es el oro, el sol. Y de la misma manera que **Phosphorus**, vive conectado a un ideal inalcanzable; la suprema dignidad del ser humano. **Aurum** se decepciona tan profundamente de él mismo y de los demás que deja de sentirse digno de vivir. Siente que “no es oro todo lo que reluce” y esta idea le hunde en una profunda depresión melancólica.

Está convencido de que no ha cumplido con su “deber de ser”, que no ha estado a la altura de la grandeza y la dignidad que se espera de un ser humano. Ni él, ni nadie. Y vivir con este sentimiento de indignidad, con esta decepción tan profunda, se le puede hacer absolutamente intolerable.

Lo que **Aurum** necesita saber es que: aunque el cielo se vea nublado y oculte el sol, el sol siempre está ahí. La grandeza del ser humano es una semilla que hemos venido a alimentar para hacerla crecer, florecer y dar frutos. La vida es un camino de evolución. No hay prisa en alcanzar nuestro destino porque, más tarde o más temprano, acabaremos expresando lo que realmente somos: luz y amor.

Natrum muriaticum

“No herir y no ser heridos” podría ser un buen lema de vida para las personas sensibles a **Natrum muriaticum**, un medicamento de contrastes. Es común que sus pacientes muestren un síntoma y también el contrario, es decir, signos y síntomas opuestos. Y esto es muy coherente con el núcleo profundo de su conflicto existencial; un mundo emocional muy sensible y vulnerable junto con una gran dificultad para expresar sus sentimientos.

En realidad, en un principio son personas que pueden mostrarse expresivas y afectuosas pues son de naturaleza cálida y emocional. Pero su profunda vulnerabilidad hace que cualquier ofensa o situación que vivan como una herida emocional lo sientan como un daño irreparable. La dificultad para expresar sus emociones les conducirá al aislamiento y, más allá, al resentimiento y al rencor.

Rumian mentalmente, incluso hasta la obsesión, todo lo que no pueden resolver en su mundo emocional y relacional. Se quedan enganchados en la nostalgia del pasado que ya nunca volverá. Un pasado, muchas veces, más idealizado que real. Todo esto hasta que ya no pueden contener más sus emociones y estallan en esas crisis de angustia que tantas veces **Ignatia** les ayuda a controlar.

Lo que **Natrum muriaticum** necesita saber es que: nadie vive en nuestra cabeza y en nuestro corazón, salvo nosotros mismos. Lo que no contemos a los demás, nadie tiene por qué saberlo. La mayoría de las veces que le hacemos daño a alguien no es con esa intención, sino por negligencia. Sencillamente, nos equivocamos sin deseo de herir.

Aprender a perdonar la torpeza de los otros es el único camino para que podamos perdonar nuestros propios errores y no quedarnos atrapados en la culpa y el dolor.

Nux vomica

Las personas sensibles a **Nux vomica** parecen que nunca tienen suficiente acción, suficiente actividad. Requieren que esa acción las lleve a logros concretos y tangibles de una manera eficiente y, de ser posible, rápida. La acción y los logros parecen ser la única manera que conocen para calmar esa angustia existencial que les constriñe, como se manifiesta en su tendencia a los espasmos de todo tipo.

Su necesidad de acción y de logros es tan apremiante que intentarán ir más allá de sus límites, sacrificando su propia salud y hasta sus relaciones y afectos. Para ellos no hay nada más importante que seguir avanzando, hacia delante, sin descanso, hasta desfallecer. Caiga quien caiga.

Lo que **Nux vomica** necesita saber es que: no podemos huir de los conflictos; siempre acaban alcanzándonos. Es mejor parar y afrontarlos. Así, al final, siempre se llega más lejos.

El doctor del futuro

Para terminar esta colaboración quiero dejaros con este inspirador y profético texto del escritor, filósofo y

maestro estadounidense Ralph Waldo Trine, escrito por allá de 1900. Estas letras las compartió conmigo una amiga hace apenas unas semanas, de manera que a ella se le podría responsabilizar (o culpar) de la creación de este artículo que comparto con todos vosotros.

Llegará el momento en el que el trabajo del médico no será tratar el cuerpo, sino curar la mente que, a su vez, curará el cuerpo. En otras palabras: el verdadero médico será un filósofo y un maestro y su preocupación será mantener a las personas sanas y no solo tratar de curarlas una vez que hayan caído enfermas.

El verdadero médico tratará no sólo el cuerpo con medicinas, sino la mente con principios. Enseñará a los hombres que la alegría, la benevolencia, las obras nobles, el amor y la bondad obran tanto en el cuerpo como en la mente y que un corazón alegre es la mejor medicina.

...Y aún más tarde llegará el momento en el que cada uno sea su propio médico, cuanto más se alinee con las leyes superiores de la vida y use los poderes de su mente.

Ralph Waldo Trine (1866-1958).