

# EL MOVIMIENTO MUSAR Y LA PSICOTERAPIA

ARNOLD RACHLIS

Arnold Rachlis es doctor en Filosofía, candidato en el Departamento de Religión de la Universidad de Temple, y en 1975 será graduado del Colegio Rabínico Reconstruccionista.

Tomado de Judaism, Verano 1974, Vol. 23, Nº 3.

*El Rabino Israel solía decir:*

*Tanto el Mitnagued como el Jasid merecen castigo. El primero porque pregunta: "¿Por qué necesito el Libro cuando cuento con el Rabino?", y el segundo cuando indaga: "¿Por qué necesito el Rabino si tengo el Libro?" (1).*

## I. Introducción

En el siglo XIX, tres grandes movimientos o corrientes lucharon por el alma del Judaísmo de la Europa Oriental. Ellos fueron: a) Haskala (Iluminismo), b) Mitnagdim (Racionalistas Talmúdicos) y c) Jasidim. El primero ofrecía liberación política e intelectual, el segundo proporcionaba a sus seguidores conocimiento y estabilidad en su tan valiosa tradición y el tercero democratizaba la espiritualidad judía admitiendo el acceso directo a Dios. Un cuarto movimiento, menos difundido que los anteriores, surgió de la tensión y el vacío creados por estos segmentos de la vida Judía. El movimiento Musar, desarrollado por el Rabino Israel Salanter, acentuó los principios morales y la autocrítica, no porque estos elementos estuvieran completamente ausentes en los otros movimientos, sino porque estuvieron muy a menudo olvidados por la importancia dada al modernismo, la erudición o la comunión.

Independientemente de su importancia intrínseca por formar la vida espiritual del judaísmo ruso, Musar nos resulta muy interesante a causa de su semejanza con muchos aspectos de la psicoterapia moderna. El movimiento Musar no fue establecido como un sistema psicoterapéutico, sino más bien como un medio de enfatizar los principios morales de cada individuo. Sin embargo, en su búsqueda del mejor medio de enseñar las ciencias morales y de comprender la conducta moral, desarrolló un sistema sofisticado de terapia individual y de grupos en conflicto, así como el medio de erradicar el pensamiento y la acción autodestructivos.

Si bien es cierto que todas las religiones han tratado de comprender la conducta y las necesidades humanas, la organización de estos intentos ha sido hecha por la psicología moderna. El regreso a un sistema de religión *tradicional* no es el único camino para reintegrar aquellos intentos de comprensión a la vida diaria. Estudiando a Musar, podremos

ver si estos conceptos y técnicas considerados beneficiosos por la psicología *moderna* pueden volver a la religión moderna. Al mismo tiempo, las religiones que han observado a los hombres en diferentes situaciones sociales, económicas e históricas, pueden ofrecer a la psicología sus aportes de experiencia humana. Este es el propósito del encuentro entre Musar y la psicoterapia moderna.

## II. Israel Salanter

Israel Salanter, el sistematizador de Musar, nació en 1810 en Zhagory, Lituania. Sus primeros estudios acentuaron la importancia del *pilpul*, pero gradualmente se alejó del método del argumento talmúdico y dedicó su vida a *gemilut jasadim*. Poco fue lo que escribió, y la información acerca de su vida y su actuación nos llega a través de sus escasos continuadores y admiradores posteriores.

Acentuando la importancia de las ciencias morales y la introspección, Salanter esperaba salvar las divergencias entre los Maskilim, los Mitnagdim y los Jasidim. Estas cualidades eran frecuentemente dejadas de lado merced al énfasis dado al conocimiento del mundo secular, a la erudición o al éxtasis y al misticismo, respectivamente. Salanter fue ecléctico. Reunió todo tipo de literatura judía, adoptó diferentes textos, y adaptó todas las técnicas que podían ayudar a sus continuadores a comprender sus acciones, a comenzar su autocrítica y a fortalecer el propio poder de controlar sus vidas. Entre otros él reunió algunos títulos como Los Libros de Sabiduría Bíblica; Deberes del Corazón, de Bahya Ibn Pakudah; Literatura Maskil; Mesilat Iesharim, de Luzzatto, y su propio Igueret ha-Musar.

A Salanter le preocupaba muy profundamente que la gran mayoría enfatizara lo relativo a las leyes rituales, dejando de lado la moralidad judía. Las grandes ieshivot Talmúdicas no acentuaban el estudio de los principios morales y los rabinos graduados en las mismas tampoco lo hacían en las comunidades locales. Salanter decía que así como el rabino debía examinar los cuchillos del matadero, también debía controlar el peso y las medidas en los diferentes comercios de la ciudad. El amor por el hombre era para Salanter tan importante como el amor por Dios, en consecuencia, "cuando una situación surge donde el deseo de Dios entra en conflicto con la bondad de la gente, él sostiene que merece prioridad el bienestar humano" (2).

Salanter creía que la naturaleza humana era perfecta si el individuo podía adoptar un sistema de autodisciplina, autoevaluación y auto-comprensión. "El movimiento Musar", de acuerdo con Ury, "trató de combinar lo cognositivo con lo pragmático" (3). El problema con la mayoría de los moralistas, sin embargo, es que ellos limitan sus filosofías a principios abstractos y en consecuencia tienen efecto muy limitado en la vida diaria del individuo. ¿Quién puede ayudar a un hombre a decidir en una determinada instancia de su vida qué es más moral, si dar caridad o

adquirir algo necesario a su familia? Obviamente la respuesta no puede derivar de principios generales sino de una serie de circunstancias que conciernen al interrogante antes mencionado, que obren como consejeros morales que ayuden al individuo a tomar sus propias decisiones.

Salanter desarrolló una teoría original en el pensamiento de la religión judía. La vida interior del hombre consta de dos partes: la consciente y la inconsciente, brillante una, oscura la otra. El decía que "La segunda, albergando instintos primarios, es mucho más fuerte que la primera que posee razón, sentido común y fuerza de espíritu" (4). El relaciona estos temas con los ideales tradicionales de Ietzer Tov y Ietzer Ra, respectivamente.

Desafortunadamente, conocer el bien y practicarlo son dos cosas muy diferentes. De acuerdo con Salanter, el fuerte subconsciente conduce a inhibir la conducta moral del hombre, pero con el conocimiento de las técnicas de Musar el hombre sería capaz de actuar moralmente mediante un proceso permanente de autoanálisis y autocrítica. No podría llegarse a un estado de equilibrio total, pero sería factible acercarse paso a paso a él.

Los trabajos de Musar existieron con anterioridad a Salanter, pero esos libros morales fracasaron en persuadir a los judíos sobre la importancia de los principios morales. Salanter comprendió que lo cognoscitivo y lo emotivo debían tocarse. "Musar debe ser estudiado con el éxtasis que moverá su alma en la búsqueda de su propia perfección" (5). De esta forma, imaginando las consecuencias de la conducta inmoral, el individuo se inclina a la comprensión de lo correcto. Finalmente, se llega a la internalización de modelos de conducta y pronto las ideas se convierten en partes activas del individuo.

Después del éxtasis, el siguiente paso es la autodisciplina. La primera etapa consiste en dominar los malos instintos (Ietzer Ra) y la segunda en corregir los mismos. De acuerdo con Salanter el primer paso lleva a la lucha y el segundo conduce a la felicidad.

Considerando que la autoevolución es difícil, Salanter organizó sesiones de grupo a las que asistieron estudiantes sobre bases regulares. El individuo cuya conducta era objeto de discusión estaba presente para defender o clarificar sus acciones. Salanter instaba a sus alumnos a "ejercitar su paciencia y a ignorar su orgullo cuando su conducta era discutida por el grupo... a tomar suficiente tiempo para las deliberaciones, a no burlarse de nadie y a considerar al individuo en su totalidad, con sus aciertos así como con sus fracasos" (6).

Una *ieshivá* de Musar incluiría también un *mashguiaj*, quien actuaría como conductor moral de los alumnos, difundiendo las teorías de Musar, suministrando terapia individual, dirigiendo las sesiones de grupos informales (no así la previamente mencionada) y ayudando a sortear las diferencias entre las enseñanzas de los textos tradicionales y lo que cada uno de los adeptos de Musar debe saber por sí mismo. "El *mashguiaj* debe

abstenerse de influir sobre la privacidad y dignidad individual, conduciéndolo solamente hacia su autocomprensión y autosuficiencia espiritual" (7). El *mashguiaj* dirigirá la terapia individual y las sesiones de grupos informales.

El sistema de Salanter incluye más de lo que podía dar: "La sabiduría práctica", decía, "no será hallada en los libros de Musar... cada hombre es librado a sus propios medios para lograrla" (8). La sabiduría práctica, para Salanter, significa comprender la realidad de la vida interpersonal e intrapersonal, es decir, cómo detectar los propios motivos interiores así como los de los semejantes. Nuevamente reitera que uno debe "controlar las causas de la conducción y no sólo los síntomas" (9).

Constantemente el sistema ortodoxo criticó a Salanter. Rechazaba la introspección y el ascetismo de Musar, los que muchas veces se transformaban en una negación de la vida, en un ascetismo místico. Salanter se comprometió con un pequeño grupo de discípulos en largas y silenciosas caminatas así como en los encuentros en *Minjá*. De acuerdo con Glenn, "esos encuentros afectaban (a los seguidores de Musar) con psicosis religiosa, donde lo real y lo imaginario era confundida. El Rabino Israel no pudo soportar la tensión a causa de su debilidad física, debida a la pobreza y a las privaciones. El sufrió un serio desorden de naturaleza compleja, padeciendo ataques de melancolía, resultado de sus enseñanzas e ideas pesimistas" (10).

La condición mental de Salanter era melancolía hereditaria. Los médicos le aconsejaron dejar de preocuparse, pero Salanter no los escuchó. ¿Cómo se puede permanecer ajeno a las imperfecciones del mundo? Su preocupación fue en aumento durante Elul y los diez días de penitencia, ocasión en que permaneció completamente en silencio por un período de cuarenta días.

La historia de la muerte de Salanter es la continuación de la historia de su vida. A la edad de 73 años llegó a Koenigsberg y quedó al cuidado de un anciano. Sabía que la muerte estaba próxima y en lugar de preocuparse de su propia *vidui* (confesión) instó al anciano a no preocuparse por el cadáver que próximamente vería. Le explicó que sería inofensivo y que no había motivo para asustarse. Estos fueron sus últimos pensamientos: amor hacia sus semejantes.

Muchos de los seguidores de Musar comenzaron a imitar a los *Jasidim* proclamando la superioridad de su fe en Dios por encima del conocimiento del Talmud. Muchos caminaron el día entero, como los místicos de Safed, vestidos con *talit* y *tefilin*. Otros clamando por encuentros renacentistas donde los seguidores de Musar entran a una ciudad gritando: "¡Gaavá! ¡Gaavá! ¡Orgullo! ¡Orgullo!". Un hombre no debe ser orgulloso".

Muchos otros lemas fueron creados, como por ejemplo: "Una página de un libro de Musar es mucho más importante que miles de páginas del Talmud" (11). Los adeptos de Musar enseñaron que demostrar dema-

siado honor y respeto a los demás era una grieta en la conducta moral y que solamente se puede llegar a los umbrales de la felicidad aprendiendo a no tener en cuenta a la gente. Concretamente, no debe considerarse ni aún el propio yo <sup>(12)</sup>.

¿Se trata de lo opuesto a las enseñanzas de Musar o es, en cambio, una prolongación de aquéllas? Si Musar es considerado "como las biografías de aquellos individuos que lucharon para cambiarse radicalmente a sí mismos y compartir esa posición con otros" <sup>(13)</sup>, entonces esto también es Musar.

Poco se sabe acerca de los muchos seguidores de Musar ya que prefirieron permanecer en el anonimato. Se los sospechaba de dar respuestas oportunas y de fuerte egotismo.

### III. Comparación con el jasidismo

El movimiento Musar desarrollado por Salanter y sus discípulos no fue recibido con la misma popularidad que el jasidismo. El jasidismo nació un siglo antes como una reacción a la crisis espiritual y física del judaísmo europeo. Salanter opuso su simple piedad y urgió a sus propios alumnos a no convertirse jamás en devotos seguidores a semejanza de los jasidim, quienes veían místicamente a sus rabinos. Contrariamente, los inducía a ganar su propia independencia espiritual.

"Ser un continuador de Musar era, en gran medida, lo opuesto del estilo de vida de los jasidim. Los jasidim enfatizaban la alegría, mientras que los Musaritas estaban siempre sombríos. Los jasidim se reunían para cantar y bailar, mientras que los Musaritas lo hacían para autocriticarse y transmitir el ansia de crítica a sus semejantes. Los jasidim hallaron sagradas a todas las cosas, mientras los Musaritas lucharon por exterminar el orgullo y la decepción de la existencia humana. Los jasidim dirigieron su devoción hacia su conductor, el rabino; mientras que los Musaritas partían del culto de la personalidad y dirigían su atención a la soledad existencial de cada ser humano, condición singular que hace que cada persona sea única. Y mientras los jasidim llegaban a un estado de euforia en éxtasis religioso, los Musaritas trataban de obtener la redención mediante las más penosas de las experiencias humanas: vergüenza, separación y muerte" <sup>(14)</sup>.

Esta ruptura con las técnicas del jasidismo le costó a Salanter la pérdida de muchos de sus adeptos. La mayoría de las personas desean ser asistidas por rabinos en lugar de consejeros psicológicos que los presionen a encontrar su propia autorealización. Cuando surgió el jasidismo, en el siglo XVIII, la gente estaba lista para aceptar la dicha y la facilidad que éste le ofrecía, debido a la crisis espiritual que habían causado los falsos Mesías Shabetai Zvi y Jacob Frank.

Son siete las condiciones necesarias para el desarrollo de un movimiento masivo:

(1) conducción; (2) conducidos; (3) ideas e ideales que enciendan la imaginación de la gente; (4) acuerdo social, económico y espiritual entre conductores y conducidos; (5) sucesos históricos que motiven el cambio; (6) la aparición de un conductor poderoso en el momento y lugar oportunos; (7) que este conductor sea un administrador eficiente y un hombre de visión capaz de inspirar a la gente a trascender las vicisitudes del presente y a luchar incesantemente por un destino final <sup>(15)</sup>.

El jasidismo contó con estas condiciones, el movimiento Musar no. Musar enseñó cómo debía ser el hombre. Evitó el culto de la personalidad propio del jasidismo y fue un movimiento individualista. Finalmente, Baal Shem Tov se estableció entre su gente. Rabbi Israel Salanter siempre predicó, el jasidismo calmó, el movimiento Musar agitó.

### IV. Musar y la psicoterapia

La psicoterapia ha sido descrita como: una forma de tratamiento de personas (pacientes) con disturbios en sus pensamientos sentimientos y/o acciones por otras personas (terapeutas) a través de un amplio proceso de intercambio verbal, proceso éste que se inicia contando con el acuerdo mutuo para reducir estos disturbios y encauzar la conducta. Resumiendo, aquí tenemos los componentes comunes al proceso psicoterapéutico: (1) una o más personas (pacientes) con cierta conciencia de su propia negligencia en la solución de sus problemas; (2) una o más personas (terapeutas) dotados de un relativo equilibrio que perciben el desequilibrio de sus pacientes y se consideran capaces de ayudarlos a reducir sus disturbios; (3) respeto del paciente por el terapeuta y viceversa; (4) comprensión del paciente por parte del terapeuta; (5) percepción del paciente del respeto y la comprensión del terapeuta; (6) obtención por parte del terapeuta de la más correcta información de todo lo relativo al paciente; (7) ayudar a que el paciente pueda tener acceso a una mejor autoevaluación; (8) catarsis emocional; (9) un número gradual de tareas que el paciente deberá efectuar entre una sesión y la siguiente, dirigidas a obtener nueva información acerca de sí mismo y su medio; (10) un proceso gradual en el que el paciente aprende a manejarse independientemente de su terapeuta <sup>(16)</sup>.

Las técnicas de Musar pueden ser comprendidas a la luz de estos componentes: en primer lugar, la estructura física de las sesiones de Musar, así como las directivas de los mashguijim, quienes han sido preparados adecuadamente para crear conciencia entre los participantes; existe el respeto mutuo, todos viven juntos en una comunidad, a menudo comiendo, orando y estudiando en un verdadero ambiente de camaradería. El Mashguij ha sido entrenado, a través de su propia devoción a Musar y su autocrítica, a respetar la lucha de sus alumnos.

Aunque las técnicas del Mashguiaj pueden no haber sido tan agudas como la de muchos terapeutas actuales, ellas condujeron correctamente al estudiante. Para combatir la idea que el estudiante tiene problemas únicos y exclusivos, el Mashguiaj revela situaciones de su propia vida que lo conduce a la confusión y luego lo ayudan a trascender esa confusión. La catarsis, elemento central de la terapia, se da reiteradamente en las *vaadot* de Musar. Los Mashguijim instan a sus alumnos a reaccionar racionalmente y establecen tareas para realizar entre las sesiones, que tienen por finalidad ayudar a los estudiantes a solucionar sus problemas. Se consideró a la autocrítica como una tarea de por vida y fue de mucha importancia incluir este proceso en la vida de los seres humanos. Los *Baalei Musar* fueron instados a introducirse en la comunidad y convertirse en Mashguijim o en predicadores de Musar.

Las técnicas y filosofías de la psicoterapia que Salanter desarrolló fueron consideradas como parte del Judaísmo. Muchas se refieren a los métodos contemporáneos:

1. Aunque Salanter reconoció el poder de la conducta subconsciente, sostuvo firmemente la idea de la libertad del hombre. El hombre no está completamente determinado por sus estados externos o internos.
2. Lo que los psiquiatras llaman "poder de espera", es decir, estar permanentemente ocupado con experiencias de la vida diaria, está acentuado en la técnica de Musar.
3. Lo más importante es señalar que el sistema de Musar es "preventivo y evolutivo más que creativo" (17). Includido en un programa de *ieshiva* sirve no sólo para desarrollar una conciencia moral, sino también para reducir y analizar pequeñas tensiones antes que sean mayores.
4. La conducta agresiva es considerada por Musar como la caída del hombre. Aquí puede haber cierta relación con el punto de vista de Adler con respecto a la búsqueda del poder como determinante central de las acciones humanas. Los seres frustrados compensarán con el poder para sobreponerse a su sentido de debilidad. Ambos, Adler y Musar, consideraron la relación terapéutica como el comienzo de una forma de tratar al paciente. Ambos, también, consideraron a la búsqueda del poder destructivo para la evolución del hombre.
5. Aunque el Mashguiaj y sus alumnos muy frecuentemente escuchaban sus propias preguntas, críticas y sugerencias, la terapia de Musar fue directa. Es importante recordar que Musar elaboró su teoría dentro del sistema ético-religioso del Judaísmo y por lo tanto sostuvo ciertos principios y formas de acción para ser buenos y trascendentes. Por otra parte, Musar luchó por orientar a sus adherentes en esa específica dirección. En este sentido, Musar se ase-

meja a la psicoterapia de Frederick Thorne en la que el terapeuta actúa como educador, lo que se opone a la terapia de Rogerian. El Mashguiaj debe interiorizarse de las necesidades de sus alumnos y, sin llegar a ser un maestro autoritario, los guía.

6. Algunas terapias, como la de Sandor Ferenczi, uno de los primeros continuadores del psicoanálisis, instan a la abstinencia de los placeres físicos. Un mínimo de comida, bebida y sexo traerían mayor líbido para las experiencias emocionales relacionadas con el análisis. A pesar de que Ferenczi abandonó su técnica y se dirigió hacia el otro extremo, Musar la consideró como un elemento valioso.

7. Musar sostuvo la importancia de la relación con el propio ser en oposición a las relaciones interpersonales sostenidas por Buber o Harry Stack Sullivan.

8. Musar nos recuerda la logoterapia de Frankl, en la que "la búsqueda del hombre, de un propósito final en la vida, lo conduce a encontrar motivo y significado a su sufrimiento" (18). El hombre necesita para crecer dinámica espiritual, no equilibrio interior. La crítica atmósfera del existencialismo y el deseo de descubrir el significado en las situaciones de la vida, están presentes en la concepción de Musar. Gran parte de la confusión moral de los estudiantes del *shtibl* de Musar podría haberse considerado como neurosis existencial, que pudieron haberse resuelto por los terapeutas poniendo de relieve los errores de sus alumnos en lo que respecta a la concepción del mundo. El análisis existencial rechaza la jerarquización del psicoanálisis y considera a cada ser humano como un sistema simple. Admite la humillación del terapeuta y lo ubica al mismo nivel del paciente. Esta relación paciente-terapeuta es la misma que vimos entre el Mashguiaj y su alumno en la escuela de Musar.

9. Musar se asemeja al psicoanálisis sólo en el número de sesiones semanales. En la *ieshiva* de Musar un estudiante podía asistir a terapia individual una hora diaria, a terapia colectiva, con o sin terapeuta experto, tres veces semanales, y además a una conferencia mensual del propio Musar.

10. La técnica de dicha conferencia es hallada más tarde en la didáctica de J. W. Klapman referida a la terapia de grupo. Se presentan temas relativos a los conflictos neuróticos y a la resistencia a la terapia; se asignan lecturas y luego los pacientes debaten los temas. Ellos presentan informes orales y emplean material autobiográfico. Aunque este es el único método de Klapman, corresponde sólo a una parte de la técnica de Musar.

## V. Conclusión

Las actuales *ieshivot* de Musar se dedican diariamente a la comunicación entre los alumnos y entre ellos y su maestro. Se centraliza la tarea en un texto adecuado y cada estudiante contribuye con su propia

experiencia. De esta forma se estimula a la juventud a pensar acerca de sus propias habilidades y deficiencias y a ayudar a comprender a los demás.

Desafortunadamente, las discusiones abstractas no esclarecieron muchos de los problemas más importantes, como lo relativo al sexo, por ejemplo. Por otra parte, muchas de las personas que exponen las teorías de Musar pueden sentirse inadecuadas para asumir su rol de consejeros morales. A pesar de estos posibles fracasos, en Musar permanece intacta la amplitud de los encuentros, el éxtasis de la introspección y la integridad personal.

Como reciente contribución al movimiento Musar tenemos la "Antología de Musar", colección de más de veinte artículos sobre la historia, cuentos y enfoques modernos de Musar, que muestra una profunda comprensión de la orientación y psicología de Musar. Sus creadores han asistido a seminarios y planifican introducir a Musar en "universidades, seminarios rabínicos, centros de estudios macrobióticos y librerías..."<sup>(19)</sup>.

Resulta imposible estudiar a Musar y no sentirse afectado por él. No es sólo una investigación para la mente sino para la conciencia también. Si bien el ascetismo no es un estilo de vida deseable, la autocrítica dirigida a la autosuperación es psicológicamente beneficioso. Las sesiones de grupo, los confesionarios públicos, la introspección con el mashguiaj, la depresión temporaria que conduce a un nuevo nivel de moralidad, son todos ellos saludables contribuciones para la vida. El jasidismo ha dado mucho al mundo, pues es una democratización de la religiosidad que eleva a las personas de la inseguridad espiritual. El movimiento Musar es un complemento adecuado del jasidismo, ya que desafía a los seres humanos a la mirada introspectiva para crear un mundo mejor.

*Traducción Beatriz B. de Luchina*

(1) Menachem Glenn, *Israel Salanter* (New York: Bloch Pub. Co., 1943), p. 99.

(2) *Ibid.*, p. 27.

(3) Zalman Ury, *The Musar Movement* (New York: Yeshiva U., Press, 1970), p. 7.

(4) Israel Salanter, "Igveret Ha Musar" en *Or Israel*, p. 49.

(5) Ury, *Op.*, cit., p. 33.

(6) *Ibid.*, p. 12.

(7) *Ibid.*, p. 39.

(8) Isaac Blazer, ed., *Or Israel* (Tel Aviv; Israel-American Offset, 1959), p. 43.

(9) Ury, *Op.*, cit., p. 29.

(10) M. Glenn, *Op.*, cit., p. 54.

(11) *Ibid.*, p. 81.

(12) *Ibid.*, p. 81.

(13) Joel Marris, *Encounters in the Month of Elul* (London: WUJS, 1971), p. 12.

(14) *Ibid.*, p. 12.

(15) Ury, *Op.*, cit., p. 18.

(16) Robert Harper, *Psychoanalysis and Psychotherapy: 36 Systems* (Englewood Cliff N. J., Prentice Hall, 1959), p. 9.

(17) Ury, *Op.*, cit., p. 68.

(18) *Ibid.*, p. 23.

(19) Hillel Goldberg, *Musar Anthology* (Hyde Park, Mass.: Harwich Litrograph, 1972), p. 4.