

MAJA D'AOUST

Astrología de la sombra

*Cómo trabajar las oposiciones
de tu carta natal*



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 Astrología

ASTROLOGÍA DE LA SOMBRA

Maja D'Aoust

1.^a edición: abril de 2025

Título original: *Astrology of the Shadow Self*

Traducción: *Antonio Cutanda*

Maquetación: *Marga Benavides*

Corrección: *Elena Morilla*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2024, Maja D'Aoust (por el texto y las ilustraciones)

Edición publicada por acuerdo con Inner Traditions International Ltd.,
a través de International Editors and Yáñez Co.

(Reservados todos los derechos)

© 2025, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Collita, 23-25 Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25

E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-1172-256-8

D L B 1996-2025

Impreso en España en los talleres gráficos de Romanyà/Valls, S. A.
Verdaguer, 1 - 08786 Capellades (Barcelona)

Printed in Spain

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 a la sombra.....	7
Astrología e identidad.....	13
Cómo utilizar este libro.....	59
Los signos de la sombra.....	67
Las sombras del Sol	
<i>Yo contra mí mismo</i>	69
Las sombras de la Luna	
<i>El corazón detator</i>	99
Las sombras de Mercurio	
<i>El parásito de la mente</i>	129
Las sombras de Venus	
<i>El amor mancillado</i>	163
Las sombras de Marte	
<i>Por todos los medios necesarios</i>	193
Las sombras de Júpiter	
<i>Indulgencia desmedida</i>	223
Las sombras de Saturno	
<i>El señor de las bestias</i>	251
Las sombras de Urano	
<i>Revoluciones universales</i>	287
Las sombras de Neptuno	
<i>El sonámbulo</i>	317
Las sombras de Plutón	
<i>El señor del inframundo</i>	341

Las sombras de Ofiuco	
<i>El maestro de los venenos</i>	351
Las sombras del destino	
<i>El papel de los nodos lunares en nuestra evolución.</i>	357
El poder de las identidades de oposición	
<i>La carta de la sombra y sus implicaciones.</i>	369
Epílogo	
<i>La revelación de los eclipses</i>	379
Recursos	389
Índice analítico	391

*A los adivinos que tienen el coraje de entrar en los reinos de la sombra
para enfrentarse a sus comportamientos sombríos, aspectos de uno mismo
que conviene traer a la conciencia. La liberación de todos
y cada uno de ellos depende de un proceso de elevación
desde la ignorancia a la luz, dejando que nuestras ramas
asciendan hacia el cielo y que nuestras raíces se extiendan
por las oscuras profundidades de atávicos vestigios.*



Introducción a la sombra

Cuidate de las organizaciones que proclaman su devoción a la luz sin asumir la oscuridad ni inclinarse ante ella; pues, al idealizar la mitad del mundo, se ven obligadas a despreciar al resto.

STARHAWK, en *Dreaming the Dark*
(*Soñando con la oscuridad*)

EL MUNDO ES UN LUGAR MARAVILLOSO Y TERRIBLE, donde podemos encontrar tanto las cosas más increíbles como las bolsas de miseria más abyectas, y todas ellas coexisten simultáneamente en un gigantesco estofado. Yo me he habituado a denominar este reino como la arena de la alegría terror; y, si hago las cosas bien, este libro va a ser probablemente incómodo para ti, porque las sombras causan incomodidad, motivo por el cual las apartamos de nuestra conciencia, las ocultamos para no tener que mirarlas a la cara. Pero este acto de ocultación da lugar a una percepción falseada de la realidad en la que vivimos, aunque nos evite ver las sombras presentes en nuestro interior, en los demás y en el mundo natural en el cual vivimos. Este libro viene con un aviso de activación, porque se ocupa de energías y formas negativas. Pero estas cosas desagradables conforman asimismo la realidad, y lo único que hay que hacer es integrarlas, en vez de empeñarnos en excluirlas del otro dipolo, el de la energía positiva y los materiales edificantes. Al presentar esta obra no estoy sugiriendo en modo alguno que esto es lo único que hay, ni es un pergamino de perdición ni implica que



presentaciones arquetípicas con el fin de identificarlas y prepararnos para transmutarlas.

La oscuridad pertenece a lo femenino divino. Esto no es una declaración de género, sino que guarda relación con las correspondencias energéticas. La energía femenina es energía negativa, lo cual no significa que sea mala; la cultura occidental ha proyectado connotaciones negativas sobre esta energía, asociándola con el miedo a la muerte y al estancamiento. Pero, en lo que a este libro se refiere, la energía negativa hace

referencia a una carga energética y una quietud. La energía negativa se hunde; es densa y va hacia abajo. La energía negativa es también el motivo por el cual se forma la materia en el universo. Las cosas no pueden crecer en una dirección positiva, masculina, permanentemente –pues eso daría lugar a un cáncer, a un crecimiento excesivo–, y ése es el motivo por el cual debe existir la energía negativa. Si todo ascendiera permanentemente, seríamos Ícaros y nos abrasaríamos con el Sol. La proporción áurea; gobierna esta área de energía negativa, y es la Tierra en sí misma donde finalmente se nos pondrá a descansar, en su rocoso abrazo. Las cavernas de la Tierra son necesarias para el crecimiento, porque ninguna criatura se habría formado sin la quietud, sin un recipiente que le proporcionara un espacio para su nutrición y desarrollo, en un entorno de carga iónica negativa, como ocurre con la sangre, el sudor y las lágrimas. Las tradiciones de la diosa nos piden que dejemos espacio para que la sombra crezca, para alimentarla, para sostenerla como un bebé mientras aprende, aunque intente arañarnos los ojos durante el proceso. Es como cuando la música decae y se sume en tonos graves, cuando el ritmo se hace lento y las vibraciones son bajas.

Las diosas ctónicas gobiernan nuestro cuerpo, el mundo de los muertos, lo que comemos y cómo nos reproducimos. Son cosas incontrolables para la mayoría de las personas, y constituyen el reino de nuestro subconsciente. A menos que seas capaz de mantener conscientemente el ritmo de tu respiración mientras duermes, vas a estar bajo el control de la sombra de la Tierra, que es la encargada de tu ego inconsciente. Al igual que un iceberg, la mayor parte de ti se halla oculta bajo la superficie, en las cuevas. Por cada estrella que resplandece en el cielo, existe una inmensa oscuridad. Y, si hemos de juzgar las cosas en función del volumen, la oscuridad, el espacio y el vacío llevan las de ganar. El ego se rebelará contra nuestra madre, contra nuestros progenitores, contra la oscuridad; es algo natural en el desarrollo. De modo que nos vemos enfrentados constantemente a las incontrolables e incognoscibles cavernas de nuestro ser. Aquello que no podemos controlar, a lo que no podemos dar órdenes, lo que nos trae la vida y la muerte, nos hace sentir una intensa incomodidad.

Los seres humanos se esfuerzan por alcanzar las alturas de la grandeza, pero suelen ser arrojados a la ruina por causa de cosas insignifi-

cantes: la traición de una amistad o un amante, una puñalada por la espalda... A pesar de nuestras enormes capacidades, a menudo somos pequeños y mezquinos. Y, aunque te eleves en tu madurez por encima del lodo, puedes ser víctima de alguien que no haya salido de él. Una estrella podría estar brillando en el cielo, en la cumbre de su gloria, para caer a continuación dentro de un agujero negro sin haber hecho nada para merecerlo. La naturaleza es mezquina también, con toda la grandeza que exhibe. Un león puede verse arrebatado de su poder por una minúscula bacteria, del mismo modo que un insulto insignificante puede atravesar fatídicamente el corazón de una persona.

Contener a la sombra y tratar con ella es un esfuerzo del que no hay que avergonzarse, sino que hay que cultivar, porque atañe a todo ser humano, pues el lado sombrío conviene que emerja hasta la conciencia. Esto no significa, en modo alguno, que las personas dejen de ser responsables de sus actos. Ninguna víctima de un crimen cometido por medio de un comportamiento sombrío podrá transmutar esa sombra ni es responsable, pues lo que necesita es ayuda. La sombra es una hidra de múltiples cabezas, y quizás tengamos que aceptar finalmente que la persecución y el castigo público de aquellas personas que consideramos culpables de un comportamiento de la sombra no va a conseguir erradicar la sombra en la humanidad. ¿Cuántos cuerpos habrá que arrojar al volcán de los sacrificios hasta que evolucionemos en las esferas de esa sombra que nos atormenta a todos? Creemos que vamos a deshonorar a la sombra y a desterrarla a la inexistencia para hacer justicia, pero la deshonor lo único que hace es alimentarla, la hace más fuerte y la justifica. Humillar al humillado genera más humillación, pues es un círculo vicioso.

En nuestra sociedad solemos deshonorar y denigrar a aquellas personas que exteriorizan su naturaleza violenta, mientras nos sentamos cómodamente en el sillón del juez, comemos carne de un animal que otro ha matado salvajemente por nosotros, vivimos sobre un territorio que se le arrebató violentamente a otro pueblo, aunque no lo hiciéramos nosotros mismos, y llevamos anillos de diamantes que fueron arrancados a la Tierra por personas hambrientas a las que otros, no nosotros, hicieron trabajar en condiciones de esclavitud. Amonestamos a aquel que da el puñetazo primero, pero pagamos lanzadoras de

misiles. Nos entretienen con aquellos desgraciados que no pueden controlar sus impulsos, porque los medios de comunicación hacen una fortuna con sus relatos. Hacemos un espectáculo de ellos y los ponemos en la picota, les arrojamos tomates y nos sentimos bien por lo virtuosos que somos, y los castigamos a ellos, y no a nosotros, por perpetrar delitos violentos. Es esto una desconexión disociativa de nuestra propia naturaleza, cuando el hipócrita es una especie de sombra que tenemos que asumir todos, yo incluida. Yo no tengo que responsabilizarme por este gigantesco problema de sombra; sin embargo, sí que podemos tomar conciencia de las contradicciones y contemplarlas. Quizás tú tengas alguna solución o alguna estrategia; al menos, tú puedes expandir tu conciencia como consecuencia de haberlas contemplado, y eso ya estaría bastante bien.

Te aconsejo que consideres este libro como una especie de cámara privada en la que puedes entrar como el que entraría en una cueva vacía y silenciosa, para contemplar sin temor, sin vergüenza ni juicios la indecorosa naturaleza oculta de tu sombra. Puedes tomarte este libro a sorbitos o a grandes tragos, dependiendo del veneno que seas capaz de soportar de una sentada. Este libro no es para sumergirse en él si no te hallas en la actitud mental adecuada, o si te lleva a reprenderte o a juzgarte a ti mismo. Este libro se te ofrece para que obtengas una visión a vista de pájaro, y desde una perspectiva transpersonal, de algunos de tus comportamientos, decisiones y actos más complicados de aceptar y, lo que es más importante, de la destructiva capacidad de la naturaleza y del mundo natural. Vivimos en una realidad potencialmente hostil y ciertamente peligrosa, y si tienes alguna duda de ello, no tienes más que meterte desnudo en la naturaleza, y lo descubrirás por ti mismo. La naturaleza tiene un millón de maneras de envenenarnos y de matarnos, y quizás tomando conciencia de ello podamos sortearlas. No hay forma de escapar de la naturaleza; te tiene rodeado e incluso llena tu vientre, entra en tu interior con cada aliento. Echemos un vistazo alrededor.

Lo inaceptable debe estar oculto [...] Para aquellos de nosotros que nos sentimos incómodos y que nos hemos llegado a alarmar ante ese borrado sistemático de todo rastro de nega-

tividad, nuestra época satisface fácilmente cualquier objeción con una impresionante muestra de actividades deshonestas, revueltas, rebeliones y perversiones de todo tipo. Incluso podría decirse que las cultiva. Además, todo se vuelve más o menos subversivo.

ANNIE LEBRUN, en *The Reality Overload*
(Un exceso de realidad)





Astrología e identidad

Profundizando en la carta natal

En la medida en que la personalidad sigue siendo potencial, puede llamarse trascendente, y en la medida en que es inconsciente, es indistinguible de todas aquellas cosas que portan sus proyecciones, símbolos del mundo exterior y símbolos cósmicos. Todo esto conforma la base psicológica del concepto del hombre como un macrocosmos a través de los componentes astrológicos de su carácter.

CARL G. JUNG, en *Psicología y religión*¹

¿QUIÉN SOY YO? ¿DE DÓNDE VENGO? Ser humano significa enfrentarse al misterio de la existencia desde algún punto de nuestra conciencia. Muchas personas, reconocidas como buscadoras, pasan gran parte de su existencia cautivadas por preguntas como éstas. Otras asumen una fe o una religión que parece satisfacer esta curiosidad, en tanto que otras encuentran las respuestas a través de un arduo trabajo. El viaje de descubrimiento que emprenden los seres humanos para saber qué y quiénes son sigue siendo un territorio inexplorado. Y en esa búsqueda de identidad, casi todo el mundo termina mirando a las alturas, al cielo estrellado, pues no hay nada como encontrar tu sitio en el mundo

1. Publicado por Ediciones Paidós, Barcelona, 2011.

contemplando extasiado las innumerables estrellas que pueblan el firmamento nocturno. Y por improbable que sea encontrar nuestra identidad mediante la contemplación de algo tan vasto e incognoscible como el espacio exterior, sí que es posible obtener ahí gran cantidad de intuiciones. El abismo infinito, cuando se observa desde un único punto, ofrece una perspectiva que puede desvelarnos el secreto.

No resulta sorprendente que la astrología tuviera sus orígenes en la prehistoria, dado que la gente no tenía más que mirar al cielo y observar las estrellas. Todas las culturas de la antigüedad rastrearon cuidadosamente las estrellas —chinos, mayas, aztecas, babilonios, egipcios, nativos americanos, todo el mundo. Las estrellas influyeron en el comportamiento humano: la gente utilizaba las estrellas para medir el tiempo, para determinar cuándo plantar la cosecha y para navegar. Las estrellas tienen una influencia física mensurable en nuestra existencia, aunque no trabajas con ellas a un nivel metafísico; por ejemplo, las estrellas te alcanzan con sus rayos cósmicos cada vez que sales a la calle.

La astrología es una herramienta que puede servir para una impresionante diversidad de objetivos. Es bien conocido que reyes, reinas y presidentes de naciones han recurrido a ella como técnica predictiva de acontecimientos, para anticipar tendencias importantes. La astrología puede ser un espejo del instante en su forma de astrología horaria o electiva, que proporciona datos para valorar un acontecimiento actual. Pero uno de sus usos más populares es el de la exploración de tendencias psicológicas, de carácter y personalidad, que nos revela las inclinaciones de la psique humana a través del arquetipo y el mito. La astrología es una poderosa herramienta para la adquisición de conocimientos, para resolver misterios acerca de la identidad y para aliviar el malestar existencial.

Este libro se centra en el uso de la astrología con fines psicológicos, concretamente en la indagación sobre la identidad, el carácter y la personalidad. Casi no hace falta justificar la utilización de la astrología para realizar exploraciones psicológicas, dado que actualmente está experimentando un resurgir en la cultura popular. Sin embargo, sí podríamos decir que las estrellas nunca pasan de moda. A pesar del escepticismo y de todas las críticas imaginables, la astrología ha perdurado, para sorpresa de los más cáusticos y lógicos racionalistas. Pe-

ro, además, el uso de la astrología con fines psicológicos no es una tendencia reciente, dado que su uso se extendió entre alquimistas europeos como Paracelso y Atanasio Kircher, que intentaron realizar la gran obra, u *opus magna*, de la transformación y la transmutación del yo. Posteriormente, la astrología llamaría la atención de psicólogos y psiquiatras occidentales, como Carl Jung, que estudió alquimia en profundidad. Jung catapultaría la utilización de herramientas de adivinación, como la astrología y el *I Ching*, como instrumentos de auto-transformación psicológica, las cuales justificó a través del concepto de sincronicidad, la ocurrencia simultánea de acontecimientos internos y externos estrechamente relacionados entre sí. De este modo, el trabajo con las realidades del subconsciente fue ganando aceptación, a medida que la psicología iba adquiriendo prominencia. Sigmund Freud, Wilhelm Reich, Carl Jung y otros muchos intentaron ofrecer un nuevo lenguaje para aproximarse a las inmensidades incognoscibles del espacio interior humano. Roberto Assagioli, psiquiatra italiano y pionero de la psicología humanista y transpersonal, intervino decisivamente en el encuentro de la psicología con la astrología. Assagioli escribió otros libros con el pseudónimo de Clara A. Weiss, para hablar de los siete rayos cósmicos y de la astrología esotérica.

Estoy exclusivamente interesado en los fundamentos del ser humano.

SIGMUND FREUD, en una carta a Roberto Assagioli

La astrología, utilizada como herramienta psicológica, expande la visión que el yo tiene de sí mismo, su identidad, mediante la inclusión de arquetipos mitológicos de mayor alcance. Una identificación basada exclusivamente en la vocación, por ejemplo, puede parecer ciertamente limitada para representarnos a una persona. Pero toma a esa misma persona y permítele que incluya, como parte de su identidad, al dios Júpiter, a la diosa Venus o al mismísimo Sol, y su imagen personal crecerá considerablemente, quizás hasta proporciones divinas. Y es que la afiliación y la identificación con los dioses y con seres poderosos tiene un efecto potente sobre la psique. Las películas de Ho-

llywood, repletas de superhéroes, atestiguan la *necesidad* humana de considerarnos potencialmente más grandes de lo que nos transmite nuestro yo cotidiano, aunque sólo sea en nuestra imaginación. Utilizar los planetas y las estrellas para expandir la identificación personal de este modo nos conecta con el cielo en muchos niveles de la conciencia y la sentiencia; y, cuando conectamos con nosotros mismos y con quién somos hasta las inmensidades del espacio, crecemos. Conectar la imagen personal con las estrellas y el cielo le proporciona al yo una cualidad inmortal, eterna, algo que puede ayudarnos a transformar algunos de nuestros mayores temores, como puede ser el miedo a la muerte. Es ésta una práctica muy valiosa, por muchas críticas que se viertan sobre la astrología desde el ámbito científico. La mayoría de la gente no es consciente del poder de este método, y simplemente se conforman con obtener una representación de su identidad astrológica y con escuchar las distintas descripciones de su carácter. Muchas personas sienten que sus datos astrológicos son únicos y exclusivos, y los ven como algo que les identifica. Sin embargo, irónicamente, muchas personas que disfrutan de la astrología en tiempos modernos parecen creer que la astrología les proporciona una identidad única y especial, cuando en realidad las une con *personas*² mitológicas mucho más grandes. La belleza y el poder de la astrología estriba en que te conecta con estas identidades y arquetipos más grandes, algo que compartimos con los demás. Pero la astrología, al utilizarse para adentrarnos en conceptos humanos de mayor dimensión, fuerza también al ego a ir más allá de sus singularidades, de su concepto propio y personal, para conectar con las estrellas en el cielo.

Empujamos los límites de la identidad, simplemente, cuando nos hacemos la carta natal, pues ella nos presenta el diamante de múltiples caras de nuestro ser. Entonces, descubrimos que en nosotros viven todo tipo de personas: héroes y villanos; hombres, mujeres y andróginos. A través de los arquetipos en sus papeles mitológicos, la astrología nos

2. Toda vez que aparezca el término «*persona*» en itálica deberá entenderse como el concepto psicológico referente a la máscara social que, según Jung, utilizamos en nuestras relaciones con los demás. (*N. del T.*)

ofrece un camino elegante para recorrer los múltiples niveles de la política de la identidad. Y eso tiene poder porque, muchas veces, resulta totalmente imposible que nos visualicemos o nos imaginemos de un modo distinto, debido a nuestra obstinación y a que nos aferramos a creencias obsoletas y endurecidas.

Me gustaría ampliar esa expansión del ego operando sobre la carta natal para hacerla aún más inclusiva. La técnica de las sombras estelares profundiza la carta natal a través de las oposiciones, y la limita a un espacio negativo, lo cual da lugar a una onda de emanaciones novedosas. La simple técnica de discernir las identidades de oposición es vital para la transformación personal, en la medida en que funciona sobre el negador, sobre nuestro separador, nuestro propio Anticristo personal. Todos tenemos algo que consideramos el «yo», uno o una misma. Y también tenemos algo que consideramos no yo, que consideramos no ser. Pero, cuando el yo y el no yo se unen, tal unión sana errores cognitivos como la opresión mediante la justificación de la superioridad y las mentalidades victimizadoras mediante un proceso de unificación en una totalidad cohesiva. Es éste un proceso alquímico conocido como el matrimonio de los opuestos, y se puede realizar utilizando la astrología en su faceta psicológica. Ésta es la herramienta que ofrecemos aquí, en este libro, mediante la cual integramos la sombra que hay en nosotros con la conciencia consciente de quiénes somos, ampliando la imagen que tenemos de nosotros mismos. El hecho de convertirse en una totalidad más grande, superando la amenaza de la arrogancia, incrementa la compasión, incrementa el interés en otros seres humanos e incrementa la voluntad de poder orientada al crecimiento de todos. Pues, ¿por qué no reconocer el lado oscuro, que también está en nosotros? Convertirse en «uno con todo», como prescriben los espiritualistas de altos vuelos, significa integrarlo todo, incluso lo que no te gusta, pues sólo pisoteamos lo que menospreciamos o no consideramos una parte de nosotros. Simplemente, pregunta a la serpiente que está bajo tus pies, no vaya a ser que la pises, porque, al fin y al cabo, no es otra cosa que tú mismo. Recibe mi bienvenida al trabajo de sombra, donde llegarás a amar aquello que consideras anatema.

Como nota al margen, y habida cuenta de la importancia de las sincronicidades, debo decir que escribí el párrafo anterior mientras

estaba en el desierto y que, tras escribirlo, a punto estuve de pisar una serpiente de cascabel. Estaba haciendo una caminata por el desierto cuando, de pronto, al apoyar el pie junto a un arbusto de artemisa, vi la cola de una serpiente. Para advertirme, la serpiente hizo sonar su cascabel con tanta fuerza que, del salto que di, a punto estuve de salirme de mi piel. La naturaleza me estaba indicando que siguiera mis propios consejos con una manifestación inequívoca de mis propias palabras.

Muchas personas pregonan que la astrología es una herramienta para la aceptación de uno mismo y para el empoderamiento personal, pero a mí me gustaría matizar lo que eso significa. ¿Cómo se «empodera» el yo? ¿Qué significa darte poder? El yo crece en poder del mismo modo que todo lo demás: a través de la expansión. Por ejemplo, un virus se vuelve más poderoso que la fuerza vital en la que habita replicándose tanto que termina desplazándote a ti. Ésta es la manera en la que el virus obtiene poder a través del crecimiento. Por otra parte, las personas nos empoderamos unas a otras mediante la validación, la reivindicación y la inclusión. De algún modo, nos ayudamos a crecer unas a otras. Eso es el poder. Pero también despojamos de poder a los demás (y a nosotros mismos) a través de la culpa, la vergüenza y el rechazo de la sociedad, rebajándolos o menospreciándolos. En la sociedad, una persona se ve despojada de poder cuando se la avergüenza o se la somete al ostracismo, a veces incluso encarcelándola, empequeñeciéndola así, impidiéndole expandirse. Pero aquí vamos a abordar una forma distinta de tratar con la sombra, con el yo no deseado, con el malvado. Lo elevaremos hasta el poder para que crezca y madure. Así, la sombra en nuestro interior podrá ascender y convertirse no en una sombra más poderosa, sino en una parte más poderosa de nuestro yo total. De este modo, impedimos que la sombra se apodere del yo y se esconda para, desde ahí, acechar nuestros puntos ciegos, dándole así la oportunidad de sanar. Para convertirte en tu identidad más poderosa, tendrás que convertirte en todas tus identidades. No debes dejar ninguna fuera, sobre todo las desagradables. Comienza a verte a ti mismo tan grande y tan inmenso como las estrellas y la oscuridad, integrando tantas cosas como te resulte posible.

Los seres humanos no buscan el placer ni huyen de lo que les resulta desagradable. Lo que los seres humanos quieren, lo que hasta el organismo más pequeño quiere, es incrementar su poder; impulsados por esa voluntad, buscarán resistencias, pues necesitan algo que se les oponga: lo desagradable, en tanto que obstáculo a su voluntad de poder, es por tanto un hecho normal; los seres humanos no lo evitan, sino que lo necesitan de forma constante.

FRIEDRICH NIETZSCHE, en *La voluntad de poder*³

El trabajo de sombra

Como en el caso de los prisioneros de la caverna platónica, el mundo de las ideas es una proyección de sombras. En el libro Las sombras de las ideas (De umbris idearum, 1582),⁴ Bruno señala que las sombras son las formas que adopta la razón durante el proceso de aprendizaje y las mismas que la organizan. Estas sombras pueden utilizarse en calidad de imágenes y símbolos para organizar, posteriormente, el conocimiento de las cosas. Bruno propone que no hay sombra sin reflejo. Las ideas son descritas como sombras de la divinidad. Tal vez una lejana repercusión o analogía al proceso de creación del mundo en el libro del Génesis, es decir, primero está la sombra, y en su consecuencia, un entendimiento de lo que es la luz.

FRANCISCO CAMACHO, *Giordano Bruno o la sombra de las ideas*⁵

La mayoría de las personas que están familiarizadas con el término *trabajo de sombra* son brujas, practicantes espirituales o psicólogas. En muchas tradiciones de brujería, el trabajo de sombra constituye una

3. Publicado por Edaf, Madrid, 2000.

4. Publicado por Siruela, Madrid, 2009.

5. Disponible en <https://www.armajournal.com/la-sombra-de-las-ideas>

parte muy importante de las operaciones de los brujos. Es difícil trazar linajes e identificar una única fuente o cultura para este tipo de trabajo en los mundos ocultos y mágicos. Si se investigan las culturas indígenas y las tradiciones antiguas, se podría llegar a decir que existe en todas las culturas de la humanidad. La casi totalidad de los sistemas adivinatorios, por ejemplo, incluyen una buena dosis de trabajo de sombra, en el sentido en que intentan revelar los puntos ciegos, aquello que no puedes ver debido al eclipse que genera tu sombra. La simple práctica de la adivinación consiste en gran medida en el trabajo de sombra.

A mí me gusta investigar la etimología de las palabras y rebuscar en el lenguaje, de modo que he averiguado de dónde procede el término *shadow*, «sombra», en inglés. En el Online Etymology Dictionary ofrecen una analogía, un juego de palabras, «*shadow is to shade as meadow is to mead*».⁶ Y, a continuación, te encuentras con un artículo que traza el origen de las palabras *shade-shadow* y *mead-meadow*.⁷ Ambos pares de palabras se describen como *dobletes inflexivos*: dos palabras distintas que se derivan de una misma raíz. En el caso de *shade* y *shadow*, una única palabra teutona, *skadus*, se había diferenciado en dos palabras en inglés antiguo con ortografías y significados un tanto diferentes: *scead* (que posteriormente se convirtió en el inglés medio *schad* y finalmente en *shade*), que significa «resguardar y proteger», como resguardarse del calor y del resplandor del Sol, ya sea bajo el follaje o tras una pantalla, y *sceadu* (del inglés medio *schadwe* y finalmente *shadow*), que significa «lugar oscuro debido al corte de la luz, una cosa inmaterial». Existe una estrecha relación entre estas dos palabras, un vínculo o vía a través de la cual interactúan entre sí. La palabra *shadow*, en sí misma y por sí misma, es sombría en el sentido en que no existe por sí misma; está ligada a otra palabra, e incluso una contraparte, en la forma de *mead* y *meadow*. Sin *shade*, no hay *shadow*, y viceversa. Esto me impactó, por-

6. La traducción al castellano de esta frase no refleja su significado en inglés, si bien podríamos traducirla por «la sombra es a la oscuridad lo que el prado es a la pradera». (*N. del T.*)

7. Emerson, O. F.: «Mead-Meadow, Shade-Shadow, a Study in Analogy», *Modern Language Notes*, vol. 35, n.º 3, pp. 147-154 (1920).

que la sombra es nuestro doble, una especie de compañero. Se sabe, además, que las estrellas tienen compañeras, y muchas estrellas son binarias; se supone incluso que muchas estrellas son gemelas desde el nacimiento. El doble en la filosofía esotérica se utiliza para explicar la naturaleza oculta del universo. La casi totalidad de textos espirituales y religiosos reconocen la regla de que existen dobles invisibles de todo.

*Todas las cosas de dos en dos, una frente a otra, y nada ha
hecho deficiente.*

ECLESIAÍSTICO 42:24

Shade es un aspecto básico de *shadow*. *Shade* no sólo significa un lugar donde la luz no brilla o algo que obstaculiza la luz, sino que se utiliza también para expresar desprecio o falta de respeto, como cuando se dice «*to throw shade on someone*», «arrojar sombras sobre alguien» o «hacerle sombra». El trabajo de la sombra es, en su mayor parte, comprender por qué justificamos el insulto o la falta de respeto por uno mismo o por los demás, y la dinámica y los efectos que tienen nuestras palabras, pensamientos y actos cuando menospreciamos, minimizamos o hacemos daño a otra persona, cuando herimos el ego, el cuerpo o el espíritu de los demás, tanto si lo admitimos como si no.

El otro aspecto y significado de *shadow* se revela en uno de los significados arcaicos de *shade*. La mayoría de las personas que hablamos inglés utilizamos *shade* para designar el espacio en sombra bajo un árbol, pero *shade* también significa «fantasma» o «espíritu desencarnado», esa parte del alma que va a la tierra de los muertos, un uso de la palabra que se remonta a los alrededores de 1610. El mundo de *shadow* y de *shade* es también el inframundo, que es, esencialmente, el infierno. Dante utiliza la palabra *ombra*, «sombra», término italiano que significa tanto *shade* como *shadow*, en su *Purgatorio*, la segunda parte de *La divina comedia*. En la *Eneida*, de Virgilio, Dido maldice a Eneas, que la ha traicionado, antes de suicidarse (Eneida 4.384-6): «Ausente yo, te seguiré con negros fuegos, y cuando la fría muerte haya desprendido el alma de mis miembros, sombra terrible, me verás siempre a tu lado».