MARIANA CAPLAN

A MITAD DE CAMINO

La falacia de la iluminación prematura

Kairós

Mariana Caplan

A MITAD DE CAMINO

La falacia de la iluminación prematura

Traducción del inglés de Vicente Merlo

editorial Kairós

Numancia, 117-121
08029 Barcelona
www.editorialkairos.com

Título original: HALFWAY UP THE MOUNTAIN

© 1999, 2001 by Mariana Caplan
First Published by Hohm Press, Prescott, USA

© de la edición en castellano:
2003 by Editorial Kairós, S.A.

Primera edición: Febrero 2004

I.S.B.N.: 84-7245-564-5
Depósito legal: B-7.195-2004

Fotocomposición: Pacmer, S.L. Alcolea, 106-108, bajos. 08014 Barcelona
Impresión y encuadernación: Romanyà-Valls. Verdaguer, 1. 08786 Capellades

Todos los derechos reservados. No está permitida la reproducción total ni parcial de este libro, ni la recopilación en un sistema informático, ni la transmisión por medios electrónicos, mecánicos, por fotocopias, por registro o por otros métodos, salvo de breves extractos a efectos de reseña, sin la autorización previa y por escrito del editor o el propietario del copyright.

El oro falso existe porque hay oro auténtico.
RUMI

AGRADECIMIENTOS

Muchos apreciados instructores y maestros espirituales, así como intelectuales, terapeutas y practicantes espirituales comprometidos han ofrecido un precioso tiempo de sus vidas para conceder generosamente entrevistas que aparecen en este libro, compartiendo sus conocimientos, sus sugerencias y ofreciendo su sincero apoyo y sus bendiciones.

Entre los instructores y maestros que han contribuido a este volumen se hallan: Andrew Cohen de la Impersonal Enlightenment Fellowship; Arnaud Desjardins del Hauteville Ashram; Robert Daniel Ennis del Tayu Center; Robert Hall de la Lomi School; Joan Halifax de Upaya; Sensei Danan Henry del Denver Zen Center; Jakusho Kwong Roshi del Sonoma Mountain Zen Center; Judith Leif y Reggie Ray, instructores en el linaje de Chögyam Trungpa Rinpoche; Lee Lozowick de la Hohm Community; Claudio Naranjo, célebre psicólogo e instructor; Rabí Zalman-Schachter Shalomi, reconocido místico y dirigente judío; Robert Svoboda, médico ayurvédico y practicante tántrico avanzado; Llewellyn Vaughan-Lee del Golden Sufi Center; y Mel Weiztman del Berkeley Zen Center. Entre los psicólogos e intelectuales se hallan: Christina Grof, Gary Mueller, Andrew Rawlinson y Charles Tart. Entre los muchos estudiantes que han contribuido a este libro quiero citar a Annick d'Astier, Marie-Pierre Chevrier,

Gilles Farcet, Rick Lewis, Daniel Moran, Jai Ram Smith y Purna Steinitz.

Además quiero dar gracias también por la inspiración recibida y por los textos empleados de los siguientes instructores e intelectuales: Charlotte Joko Beck, E.J. Gold, Carl Jung, Roshi Philip Kapleau, Georg Feuerstein y Chögyam Trungpa Rinpoche.

Ha sido verdaderamente un honor y un regalo para mi trabajo espiritual haber tenido la oportunidad de sentarme en presencia de tales figuras, tomar conciencia de quiénes son estas personas y lo que representan. Me gustaría expresar mi sincero agradecimiento a todos ellos y a mi maestro por este raro privilegio.

Dedico este libro a la posibilidad de que los aspirantes espirituales de todas las tradiciones, unidos, creen una cultura de espiritualidad en Occidente, caracterizada por una integridad impecable, una comunión auténtica y un servicio incesante.

SUMARIO

Prólogo 15
Introducción a la segunda edición 17
Introducción a la primera edición 21

Parte I: LA ILUMINACIÓN Y LA EXPERIENCIA MÍSTICA 27
1. Creerse iluminado antes de tiempo 29
2. Pero ¿qué es la iluminación? 47
3. Motivaciones en la búsqueda de la iluminación .. 61
4. El papel benéfico del ego 75
5. Las experiencias místicas y su relación con la iluminación 81
6. Perspectivas sobre el valor de la experiencia mística 95

Parte II: LOS PELIGROS DE LA EXPERIENCIA MÍSTICA 105
7. La emergencia espiritual 107
8. El materialismo espiritual 117
9. Estancarse: el callejón sin salida espiritual 125
10. La inflación del ego 143
11. El "gurú interior" y otros truismos espirituales .. 161

Parte III: LA CORRUPCIÓN Y SUS CONSECUENCIAS 171
12. El poder y la corrupción 173
13. Complicidad mutua 185
14. Consecuencias de asumir la función de enseñante antes de estar preparado 201

Parte IV: CAMINANDO POR UN CAMPO DE MINAS: CÓMO PREVENIR LOS PELIGROS DEL SENDERO 215
15. Las Tres Joyas 217
16. Verificando la iluminación 231
17. Purificación psicológica 249
18. *Shadana,* matriz, integración y discriminación .. 257
19. ¿Maestro verdadero o falso? 271

Parte V: DESILUSIÓN, HUMILDAD Y COMIENZO DE LA VIDA ESPIRITUAL 291
20. La *sadhana* de la desilusión 293
21. La iluminación es sólo el comienzo 317

Bibliografía y lecturas recomendadas 341
Para más información 349

A MITAD DE CAMINO

PRÓLOGO

La iluminación es importante; nos libera de todas las ilusiones y engaños. Hablar o escribir de la iluminación antes de realizarla resulta problemático, si no pura locura, ya que nuestras ilusiones y engaños se hallan todavía presentes. Ahora bien, paradójicamente, a menos que hablemos o escribamos sobre la iluminación, no llegaremos a saber que es posible ni podremos estar motivados para realizarla. Ésta es la incómoda posición en que se encuentra la escritora de este libro. El lector hará bien en reconocer la misma incomodidad al leer esta obra.

Teniendo en cuenta la dificultad inherente, podríamos decir incluso evidente imposibilidad, de definir o describir con precisión la iluminación, Mariana Caplan ha efectuado un sutil trabajo de ir rodeando el asunto, iluminándolo desde diversos ángulos, al mismo tiempo que se apoya libremente en la sabiduría y la necedad de otros.

Alcanzar la iluminación es una cuestión de despojarse de viejas pieles. Es un proceso en el que podemos centrarnos; en sánscrito se denomina *sâdhana*, que significa práctica espiritual: la comprensión y eliminación progresiva de nuestras ilusiones y engaños, así como de todas las emociones dolorosas que les acompañan. Pensar o hablar de la iluminación es útil sólo cuando nos estimula a emprender una disciplina espiri-

tual, lo cual exige un compromiso para toda la vida. Espero que este libro anime a los lectores a dar pasos concretos hacia la iluminación o haga que sus pasos habituales tengan un mayor sentido y determinación. Que todas nuestras elecciones sean auspiciosas.

GEORG FEUERSTEIN
Fundador y presidente
del Centro para la Investigación y la Educación en el Yoga

Georg Feuerstein es editor de las revistas *Yoga Journal, Inner Directions & Intuition,* y es autor de treinta libros, entre los cuales se halla el premiado *Shambhala Encyclopedia of Yoga*; otros libros suyos son: *Teachings of Yoga*; *Tantra: The Art of Ecstasy* y *The Yoga Tradition.*

INTRODUCCIÓN A LA SEGUNDA EDICIÓN

Muchos escriben libros porque saben algo y, todavía más, porque necesitan aprender algo. «Escribo un libro para poder cambiar», me dijo en una ocasión mi amigo Joseph Chilton Pearce. En los primeros años desde la publicación de la primera edición en inglés de este libro, he observado –y espero haber aprendido– unas cuantas cosas, tanto acerca del mundo de la espiritualidad contemporánea como acerca de mí misma.

He aprendido que hay en la gente una sed genuina de lo que es real. No creía que este libro fuese a ser tan ampliamente apoyado y apreciado por guías reconocidos y estudiantes de este campo, pues sé que el material que contiene es exigente y supone un desafío para el ego. Este libro se dirige de manera directa a la falsedad y la distorsión tan frecuentes tanto en los círculos espirituales contemporáneos como en nuestro interior, y no todo el mundo está interesado en esta confrontación. No obstante, mediante su apoyo y su aprecio, la gente demostró su anhelo de algo que hable a las verdades más profundas que todos conocemos: que la vida, también la "vida espiritual", está saturada tanto de gozo sublime como de sufrimiento devastador, con avances sin precedentes y constantes autoengaños, con éxtasis desbordantes y con tier-

nos desengaños, con momentos extraordinarios y con otros de una cruda cotidianidad. Cuando comenzamos a madurar espiritualmente, empezamos a ver los errores cometidos (tanto por nosotros como por nuestros guías) en nuestros primeros intentos de regenerar una cultura espiritual viva en Occidente. De ese modo, nos interesamos cada vez más en la investigación de nuestros errores para poder hallar un modo de crear algo que hable directamente tanto a nuestras necesidades como a las de nuestra cultura.

En lo que respecta a mi propio desarrollo, el material del libro se aferra a mí como un clavo en mi conciencia. Antaño imaginé que un autor podría de algún modo escribir un libro y no sentirse plenamente responsable de vivir la verdad presentada en él. Descubrí que esto no es cierto. El regalo que se me ofreció a través del libro era una oportunidad para encontrar la profunda sabiduría compartida conmigo por los grandes maestros de nuestros días; la "maldición" era que no puedo olvidarlo y en el fondo de mi corazón nunca quisiera hacerlo. Sin embargo, cuando no me hallo instalada en el centro de mi corazón –y es muy fácil alejarse de él–, soy tan susceptible como cualquiera de caer en la multitud de errores y engaños descritos a lo largo de estas páginas. Año tras año, al ser atraída por las incontables seducciones espirituales ofrecidas por el universo, mi conciencia se ve graciosamente plagada de interminables recordatorios: que es inútil aferrarse a la experiencia mística; que tanto el ego como "el corazón" con frecuencia hablan en tonos similares; que la desilusión y los errores constituyen una parte importante del sendero; que el materialismo espiritual acecha en cada esquina (¡especialmente en el caso de los escritores de estos temas!); que no podemos confiar en nuestra experiencia y sin embargo tenemos que confiar en ella. Así pues, renuevo mi voto ante ustedes, lectores, para seguir con mi trabajo con toda la integridad que me sea posible.

Además, me siento cada vez más impresionada ante la naturaleza compartida tanto de nuestro sufrimiento como de nuestra sed de libertad. Algunas personas pueden expresar este anhelo a través del alcoholismo, otras anestesiándose a sí mismas en la co-dependencia en las relaciones o con la saturación material; y otras a través de un intenso estudio, de la meditación y la búsqueda de la verdad, pero hay algo que sigue siendo común a todos. De algún modo compartimos nuestro destino y estoy agradecida por que se me recuerde esto tan a menudo.

A medida que iniciamos un nuevo siglo en la evolución espiritual de Occidente, necesitamos emplear una combinación de autohonestidad penetrante y sin conmiseración, con una tierna compasión al revisar nuestra propia condición interior, así como la del mundo que nos rodea. El resurgir de un renovado interés y sed de significado y satisfacción espiritual en nuestras vidas es innegable, y por ello tenemos la responsabilidad de insuflar integridad espiritual en la cultura occidental. A nosotros nos toca elegir si permitimos que este apetito sea saciado por una mediocre empresa de *fast food,* una tendencia tan frecuentemente expresada en la modernidad occidental, o si dirigimos nuestra inteligencia, nuestra autenticidad y nuestra integridad hacia la creación de algo verdaderamente satisfactorio, duradero y que sirva a la totalidad.

MARIANA CAPLAN
Fairfax, California
2001

INTRODUCCIÓN A LA PRIMERA EDICIÓN

Este libro no es mi libro, o al menos no es sólo mío. Lo que hallará el lector en estas páginas es un amplio análisis del tema referente a "el error de creer prematuramente que se ha llegado a la iluminación", basado en entrevistas personales con unos treinta destacados maestros espirituales, con practicantes espirituales de larga experiencia y prestigiosos intelectuales y psicólogos, así como en la investigación de docenas de otros maestros espirituales, tanto antiguos como contemporáneos.

La realidad de la situación actual de la espiritualidad en Occidente es la de una grave distorsión, confusión, fraude y una fundamental falta de educación. No existe un contexto cultural en Occidente que nos permita entender el gran flujo de información espiritual que llena incluso los periódicos y revistas más populares y los programas de televisión. Aunque el rápido ascenso en popularidad de la espiritualidad contemporánea en el mundo occidental está introduciendo a más gente que nunca en las ideas e ideales espirituales, la posibilidad de algo más que un superficial romance con Dios posee un valor muy limitado si tales ideas e ideales no se entienden desde una perspectiva educada, considerada con profundidad y cuidadosamente examinada y contrastada.

La cuestión de la iluminación es uno de los lugares en los que se concentra mayor ingenuidad, ignorancia, autoengaño y confusión dentro la espiritualidad contemporánea. En un segundo lugar, muy cerca de la iluminación se halla la categoría de experiencias "místicas" o "espirituales". Como cultura, apenas entendemos qué son, qué significan, qué implican y lo que podría esperarse de ellas. Es de estos temas y de la gran red de consideraciones *dhármicas* que les rodean de lo que se ocupa este libro.

En mi opinión, la ignorancia colectiva respecto al asunto de la presunta iluminación es un grave peligro para quienes desean sinceramente profundizar su conexión con la Realidad. Por una parte, para la mayoría de los que se embarcan en la búsqueda de la verdad no existe un peligro que amenace la vida. Hay algún ocasional Jim Jones o Charles Manson que aparece en el escenario espiritual y supone un peligro físico para las vidas de los estudiantes a los que pretende estar salvando. Pero estos ejemplos son de escasa importancia en comparación con la mayoría de las escuelas y los maestros espirituales que no entrañan riesgo de daño físico para sus estudiantes. Lejos del extremo del peligro físico hay, no obstante, muchas encrucijadas en el sendero en las que resulta posible quedarse estancado en cierto nivel del desarrollo espiritual, atrapado en ilusiones creadas tanto por uno mismo como por los demás, y en última instancia uno puede engañarse acerca del propio elevado potencial en tanto que ser humano. Hay personas que se estancan en tales encrucijadas a veces durante semanas o meses y a veces durante años e incluso durante todo una vida o más.

> Quizás hay un gran cuadro que dice: «Todo el mundo vuelve a su lugar de origen, todo constituye una lección, y todo es como debería ser». Y probablemente es así. Pero yo creo que parte de la "perfección" del gran cuadro incluye el

> proceso de examinar nuestras áreas de ignorancia, de error y nuestras debilidades humanas, y a continuación dar los pasos necesarios para educarnos en lo que respecta a estas áreas. Al hacerlo nos convertimos en compañeros responsables de nuestro propio despertar.

A quienes se les pidió que participasen en este proyecto, se les eligió teniendo en cuenta la integridad que habían demostrado en sus vidas, impresión que me había ido haciendo mediante un seguimiento de sus escritos durante muchos años, a través del encuentro con sus estudiantes, y en algunos casos como resultado de una relación personal continuada con ellos. Todos estos individuos han dedicado sus vidas totalmente a la Verdad, ya sea que la muestren, la estudien o la sirvan. Las fuentes impresas del material se hallan en las notas a pie de página. Cuando esto no sucede, el material atribuido a los distintos instructores procede de las entrevistas tenidas con ellos y no se encuentra publicado en ningún otro lugar.

Sinceramente, me he sentido humilde y en ocasiones profundamente impresionada por la profundidad del conocimiento que iba presentándose en el curso de las entrevistas y de la investigación que se presenta aquí. «La verdad es una», se dice, pero las expresiones de la verdad son ilimitadas. La verdad es también evidente, una vez se ha re-descubierto. Conversé con los maestros y sabios de nuestros días sólo para poder presentar al lector las verdades espirituales que son obvias, pero de las que generalmente no somos conscientes. Todos hablan de la misma Realidad objetiva, pero de lecciones aprendidas como resultado de la relación íntima y muy personal de cada uno con esa Realidad. Por tanto, en este libro se incluyen puntos de vista sobre el error de creerse prematuramente iluminado desde las perspectivas judía, hindú, budista, baul, católica y sufí, por citar unas pocas, por aquellos que se consideran a sí mismos maestros, rabinos, instructores, guías y

discípulos. Espero que haya algo en este libro que haga sonar una nota de la verdad en cada uno de sus lectores.

Se hallará un cuerpo sustancial de datos en este libro procedentes de mi propio maestro Lee Lozowick. Mi adhesión y mi respeto por el cuerpo doctrinal que él representa ha configurado, no cabe duda, el contexto en el que se sitúa el brillo de las palabras de los otros instructores incluidos en este volumen. Encontré su obra sólo después de años de desilusionarme con una gran cantidad de pseudogurús, chamanes y mentores, así como después de estudiar con instructores sinceros pero que no podían ofrecerme todo lo que buscaba.

Los lectores se hallarán también frente a diferencias en el modo en que los distintos maestros conceptualizan sus enseñanzas y discrepancias en la manera de abordar este asunto. En algunos casos no pasa de ser una cuestión terminológica (por ejemplo, un maestro utiliza el término "iluminación", otro "liberación"; uno habla del "yo" como siendo la realidad última, mientras que otro identifica el "yo" con el ego.) En otros hay claras diferencias en su perspectiva. Aquí se presentan muchos puntos de vista. Instructores y maestros con décadas de experiencia han compartido su sabiduría y no he intentado "corregir" aparentes contradicciones, tan sólo presentar distintos ángulos acerca de la cuestión de las pretensiones prematuras de haber alcanzado la iluminación. Las preguntas que probablemente surgirán a partir de las concepciones que a veces pueden parecer información contradictoria invitan a consideraciones importantes por parte de los estudiantes espirituales serios, e intentar imponer al lector mis respuestas a estas preguntas sería un mal servicio.

Éste no es un libro de respuestas. Como probablemente descubrirán por ustedes mismos, al bucear en las turbias aguas de la presunción de iluminación, nos hallamos frente a algunas grandes preguntas. Para poder comprenderlo con claridad se requiere una investigación en un contexto más amplio del

conocimiento y de las perspectivas del desarrollo espiritual. Para abarcar la amplitud del tema, he dividido el libro en cinco partes.

La parte I, «La iluminación y la experiencia mística», ofrece un primer fundamento para la consideración de este tema, analizando lo que se quiere decir con ideas como "presunción de iluminación" y en general con la idea de "iluminación". Analiza lo que motiva a la gente a buscar la iluminación y lo que se entiende por la noción de experiencia mística.

La parte II, «Los peligros de la experiencia mística», examina la tendencia del ego a distorsionar y desfigurar el *dharma* espiritual y las experiencias. Los asuntos tratados incluyen el materialismo espiritual, el despertar espiritual, la inflación del ego, y la confusión de la experiencia mística con la iluminación.

La parte III, «La corrupción y sus consecuencias», se centra en la naturaleza del poder y la corrupción. Examina la mutua participación tanto del estudiante como del instructor en la creación de una presuposición prematura o falsa de iluminación y las consecuencias de emprender una función magisterial basada en tal presupuesto.

La parte IV, «Caminando por un campo de minas: cómo prevenir los peligros del sendero», presenta un resumen práctico de la manera mediante la cual los practicantes serios pueden aprender a evitar los escollos de la falsa iluminación. Los temas analizados incluyen la cuestión de comprobar la iluminación, la purificación y la integración, y la necesidad de las tres joyas del Buda: el maestro, la enseñanza y la comunidad espiritual.

Finalmente, la parte V, «Desilusión, humildad y comienzo de la vida espiritual», considera en qué consiste realmente la vida espiritual, una vez se ha explorado en las partes previas lo que ésta *no* es.

Mi objetivo es plantear estas cuestiones, no resolverlas. El campo de la espiritualidad auténtica es tan multidimensional y multifactorial, y los posibles engaños tan sutiles y frecuentes que no podemos aspirar más que a profundizar cada vez más en nuestra propia práctica espiritual con la protección ofrecida por estas preguntas, considerando lo que se presenta en la medida en que seamos capaces y aplicándolo lo mejor que podamos a nuestras propias vidas.

Así pues, presento al lector esta colección de "pepitas de oro" espirituales, extraídas directamente de las minas de oro de la sabiduría espiritual viviente que todavía existe en forma corpórea, y la ofrezco confiando en que permita al lector apreciar su extraordinario valor. Es trabajo de todos nosotros, sea cual sea la etapa de evolución espiritual en que nos hallemos, intentar abrir nuestros ojos a la verdad de nuestras vidas. Al hacerlo, nos responsabilizamos del inapreciable regalo que se nos ha dado por el hecho de nuestro nacimiento y por nuestro encuentro con las grandes enseñanzas de la espiritualidad. Es un modo de mostrar gratitud el aplicar este regalo a nuestras vidas y permitir que los frutos de la transformación resultante sean de valor para otros.

Victoria al Maestro.

MARIANA CAPLAN
Prescott, Arizona
1998

Parte I:

LA ILUMINACIÓN Y LA EXPERIENCIA MÍSTICA

Estudiante: ¿Qué es la iluminación?
Suzuki Roshi: ¿Para qué lo quieres saber? Puede que no te guste.

¿Qué es la iluminación? ¿Cuál es la naturaleza de esas poderosas experiencias que hacen nacer la fe e inspiran a la gente a dedicar sus vidas a la búsqueda de lo espiritual? ¿Cómo saber si el sendero que uno sigue con tanto entusiasmo es la autopista que lleva a la Verdad absoluta o un callejón sin salida? Las preguntas esenciales que necesitan formularse actualmente son ampliamente ignoradas, aunque a pesar de ello se crea que son comprendidas por la gente que carece de las referencias personales y culturales necesarias para cruzar el camino espiritual de manera eficiente y manteniéndose a salvo. Si bien la experiencia mística e incluso la propia iluminación son lo más natural del mundo y aunque muchos buscadores curiosos son agraciados con experiencias y fenómenos que suponen que constituyen la mismísima iluminación, el verdadero Regalo es experimentado y vivido sólo por aquellos que dedican por entero sus vidas al desarrollo de las verdaderas cuestiones.

1. CREERSE ILUMINADO ANTES DE TIEMPO

> Actualmente el nombre del juego es meditación. Gentes de todas las edades se engañan al creer que puede alcanzarse la iluminación, no a través del camino largo y arduo de los maestros zen, sino en veinte días de meditación, unos días más o unos días menos. Y desde luego, de manera agradable. Duerme, ronca, deprímete, medita lo que quieras, vive como te plazca, pues no cabe duda que alcanzarás la iluminación. Entonces aparece otro salvador ofreciendo otra droga. «¡Logre *kensho* en tres días!», garantiza. Sólo un charlatán o un lunático proclamaría de manera descaradamente ridícula que *kensho* –ver en nuestra naturaleza verdadera– puede obtenerlo todo el mundo en tres días.[1]
>
> PHILIP KAPLEAU ROSHI

Sensei Danan Henry del Denver Zen Center cuenta la historia de cómo el Roshi Philip Kapleau le dio una lección que le serviría durante toda la vida acerca del formular proclamaciones inmaduras y prematuras de iluminación.

1. Philip Kapleau. *El despertar del Zen en Occidente*. Barcelona: Kairós, 1981.

Durante mi tercer *sesshin* estaba trabajando muy duramente. En ese período de mi vida había estado abatido y me sentía una persona muy desdichada. El dolor era horrible, sólo el dolor físico de estar sentado [en postura de meditación]. Ese tipo de dolor que conduce a la concentración.

De repente, sentí una dicha como nunca había experimentado desde la niñez. La dicha de la niñez, cuando todo es asombrosamente nuevo y todo está vivo, desde la punta de los dedos del pie hasta la cima de tu cabeza. Estaba en un estado de asombro y gozo, de dicha oceánica. Era tan gozoso que detuve mi práctica y me deshice en lágrimas de dicha y gozo.

Fui a la habitación de *dokusan* (entrevista) para hablar con mi maestro, Roshi Kapleau. Al principio fue muy paciente conmigo. Dijo:

–Bueno, está bien. Eso muestra que hay movimiento en tu práctica. ¿Cómo va *mu*, tu *koan*?

–Mu-shmoo –contesté.

–Tienes que comprender –me dijo– que al haberte concentrado tanto en *mu* te dejaste ir y comenzaste a sentir algunos niveles más profundos del sentimiento. Pero cuando dejas de trabajar sobre *mu* detienes el proceso y el trabajo que genera este proceso de transformación. –Fue muy amable y añadió–: Vuelve a tu cojín y aférrate a *mu*.

Así que volví a mi cojín, trabajé firmemente y pronto ocurrió de nuevo. Me inundó el gozo. Volví al *dokusan*, allí me sentía como en el cielo. Dije:

–*¡Mu!* Roshi, eso no es nada comparado con lo que estoy sintiendo. –Y una vez más me explicó lo que necesitaba hacer.

Me lo explicó tres veces.

La cuarta vez que fui sucedió lo mismo. Pero esta vez, me gritó:

–¡Vale! ¡Si quieres ver la panorámica desde media montaña, es asunto tuyo. ¡Pero vete de aquí! ¡No vuelvas a *dokusan*! ¡No pidas venir a otro *sesshin*! ¡Estás ocupando el lugar de alguien con verdadera aspiración! –Gritó esto a viva

voz e hizo sonar la campana que señalaba que tenía que salir. Me levanté y me quedé estupefacto.

Probablemente porque tenía más miedo de él que de ninguna otra cosa –él era un luchador curtido–, la siguiente ocasión que subió la dicha en mí, y ciertamente lo hizo de nuevo, permanecí con el *mu*. Permanecí allí y luché por no ser arrebatado por eso.

Roshi Kapleau dejó claro que la dicha no era *mu*. Entonces, ¿qué era *mu*? Lo investigué e inicié un viaje constante hacia el fondo de la conciencia. Si no me hubiera corregido, no sé qué hubiera sucedido. Así que considero que eso fue el regalo más grande que me hizo.

La mayoría de la gente vive al pie de la montaña. Construyen allí hermosos pueblecitos, a veces incluso ciudades. Tienen familias (y aman a sus familias o no las aman), encuentran trabajo y amigos, son felices o no lo son, y van a la iglesia o al templo, o no. Y mueren allí.

Un número mucho menor, aunque todavía una cantidad considerable, viven en las estribaciones. También tienen sus familias, sus trabajos y sus comunidades, pero luchan por vivir por criterios morales elevados: tratar a los otros bien, aprender y encontrar significado en sus vidas. Tienen alguna noción de Dios o de la Verdad, e incluso puede que intenten buscar esa Verdad de algún modo, quizás incluso servirla.

Todavía menos frecuente es el grupo de aquellos que viven en la montaña, plantando sus tiendas en lugares cada vez más elevados, a medida que son capaces de adaptarse al cambio de atmósfera. A menudo tienen familias y amigos y consideran que la vida con ellos es sagrada. Se esfuerzan por vivir vidas compasivas. Reconocen el valor de la montaña, lo aprecian, a veces dedican sus vidas a subir la montaña y hacen lo que pueden para ajustarse a sus circunstancias cambiantes y exigentes.

Raros son aquellos que han subido a la cumbre de la montaña. A menudo viven solos y desde esa perspectiva perciben

el mundo que les rodea, aunque puedan tener personas queridas que vivan cerca de ellos y quieran ver lo que hacen. Constituyen un ejemplo de que la montaña puede escalarse. Algunos viven vidas activas, recibiendo visitantes, otros acampan y no atraen la atención hacia sí mismos.

Todavía más raros son aquellos que habiendo alcanzado la cumbre de la montaña descienden y viven una vida de constantes ascensos y descensos, caminando en peregrinaje de montaña en montaña, con paciencia y compasión, mostrando el camino de la montaña, ayudando a los otros a atarse las botas, llenando botellas de agua para ellos, echándoles cuerdas, ayudándoles en los desniveles y escalando colinas, animándoles a seguir en los momentos de desánimo. Nunca se detienen a descansar, pues están siempre guiando a otros a subir la montaña.

La verdadera vida espiritual es para pocos. Muchos buscadores de la verdad son sinceros y se esfuerzan en serio, pero la confrontación con el ego exigida por el sendero es más de lo que la mayoría de la gente es capaz de soportar, pues no es eso lo que desea.

A pesar de nuestra imagen de nosotros mismos como escaladores experimentados, muchos practicantes espirituales –o lo que imaginemos ser– se hallan viviendo todavía en las estribaciones. Somos sinceros en nuestros deseos de ascender la montaña, pero intuitivamente sabemos el precio que hay que pagar. Algunos jugueteamos con los cordones de nuestros zapatos y nos precipitamos a comprar equipos fantásticos como una manera de ganar tiempo mientras esperamos para ver si un teleférico aparece mágicamente para subirnos a la cumbre de la montaña, para que no tengamos que soportar la escalada. Otros practicantes van escalando, clavando sus piolets de roca en roca por las colinas. Sin embargo, como escaladores inexpertos intentando atravesar los Himalayas completos, sin ni siquiera una brújula, se equivocan fácilmente en su estimación de

dónde se hallan. Se convencen con facilidad de que están más lejos de lo que realmente están y pueden empezar a guiar a otros antes de estar preparados para hacerlo.

Este libro no trata de cómo subir la montaña y quedarse allí, pues, como ya dijimos anteriormente, el verdadero sendero no tiene fin. Los grandes seres del pasado y del presente no clavan sus banderas en la cima de la montaña y disfrutan el bello paisaje, sino que llevan una vida de crecimiento interminable y de servicio a los demás. Así pues, más que detenerse en la cuestión de cómo llegar a lo alto de la montaña, este libro es un manual acerca de cómo evitar quedarse estancado en mitad del camino de ascenso y engañarse acerca de la totalidad del mismo.

Creerse iluminado

El ego, constructo creado por la psicología y consistente básicamente en una serie de reacciones y defensas, se establece durante la infancia y la primera niñez. Este constructo interpreta la realidad según su visión exclusiva y crea la función de intentar mantener esa visión en funcionamiento a toda costa. No sólo se llega a creer iluminado (como si el ego supiera lo que es la iluminación), sino que cree saberlo *todo*. El ego presume de saber quién soy, quién eres tú, qué es verdadero, qué es falso, qué es el sentimiento, qué es el amor y qué es la verdad. Llega hasta suponer que *él* constituye nuestra verdadera identidad. El ego es presuntuoso y se alimenta de presunciones.

La mayoría de los seres humanos están identificados con su ego. Estar identificado con el ego quiere decir que lo-que-creemos-ser está unido inseparablemente con el mecanismo egoico que funciona dentro de cada uno de nosotros. Significa que no hay separación perceptible entre ese mecanismo y

quien pensamos que somos "nosotros". Como se irá mostrando con claridad a lo largo del libro, este "ego" es un mecanismo muy poderoso y altamente persuasivo. En la mayoría de nosotros, es él quien guía el *show* de nuestras vidas. Es simultáneamente el director, el narrador, todos los actores y el crítico. Es decir, el ego dirige el espectáculo hasta que pasa a hacerlo *quien realmente somos*. Este cambio de ser-dirigido-por-el-ego a identificarnos con aquello que *realmente* dirige el espectáculo constituye el proceso de la vida espiritual auténtica.

Para creerse iluminado hay que pensar que se sabe qué es la iluminación y cuáles son sus implicaciones. Si bien la verdadera iluminación existe, lo hace totalmente aparte del contexto del ego y del terreno de las presunciones. El problema de equivocarse respecto a la propia iluminación es que afecta negativamente al impulso personal hacia la realización. En todo ser humano hay un deseo de evolucionar, un deseo de Dios, de la Verdad –no importa el nombre que le demos–. Existe también el mecanismo egoico cuyo trabajo es evitar que el proceso de crecimiento ocurra. Por tanto, podría decirse que ambos desean la verdad y no la desean. Pero el verdadero Corazón siempre anhela la verdad, de modo que aunque el ego pueda intentar que permanezcamos detenidos presuponiendo falsamente nuestro propio progreso espiritual, estas presuposiciones son el verdadero enemigo de la liberación. En efecto, la *presunción* de iluminación bloquea la posibilidad de *auténtica* iluminación.

¿Quién presume de iluminado?

La mayoría de la gente cree que son los charlatanes, los tecnogurús y los llamados maestros que sueñan con jovencitas los que creen estar iluminados. Sin embargo, la presun-

ción de iluminación es mucho más frecuente de lo que se cree. La mayoría de los egos espirituales, bien educados, no se atreverían a denominarse a sí mismos "iluminados", especialmente ante otros, pero en secreto o no tan secretamente asumen el papel de guía espiritual, mentor, canalizador, psíquico, amigo espiritual, etc., y consideran que las habilidades que han adquirido o el conocimiento que han acumulado tienen una importancia mayor de la que tienen en realidad.

Cuando nos comprometemos con un camino espiritual bajo una supervisión sabia, nos damos cuenta de que la tendencia a engrandecernos y a engrandecer nuestros logros es más común de lo que imaginamos. Esto sólo se convierte en un problema cuando somos incapaces de (o no queremos) aceptar la guía necesaria que nos volvería a situar en el lugar adecuado. Necesitamos simplemente aprender a trabajar con tales presuposiciones, y el primer paso es reconocer que la presunción de iluminación no se refiere a los "otros". Se refiere a cada uno de nosotros.

La iluminación se está extinguiendo

Cuando algo llega a popularizarse tanto como ha sucedido actualmente con la iluminación, se pierde la esencia de su significado, pues los principios verdaderamente espirituales no pueden comunicarse de forma masiva. No es posible lo que pretenden las filosofías de la Nueva Era, es decir, que estamos en una era de evolución en la que todo el mundo puede alcanzar fácilmente la iluminación que antes sólo era accesible a unos pocos. En ningún momento de la historia, incluyendo la actual "Nueva Era", las masas han tenido ganas de adoptar el compromiso necesario para lograr una vida iluminada.

Un análisis de la presunción de iluminación no puede ser completo sin antes clarificar la aguda distinción que ha de

realizarse entre la espiritualidad Nueva Era casera y los senderos de liberación tradicionales de los que se ocupa este libro. La mayoría de las filosofías y psicologías de la Nueva Era ofrecen modos de seguir más cómodamente en el sueño del ego y nos enseñan cómo sentirnos mejor dentro de la ilusión de nuestras vidas, mientras que las disciplinas auténticamente espirituales nos enseñan cómo atravesar ese sueño. Esto ha de quedar muy claro, pues los términos "espiritualidad" e "iluminación" han llegado a ser tan populares que la mayoría de la gente asume que los psíquicos, los pseudochamanes y los sanadores con cristales están haciendo lo mismo que los maestros zen, los maestros tántricos Vajrayana y los *shaylls* sufíes tradicionales, y los agrupan a todos bajo el paraguas tópico de la "espiritualidad". Esto constituye un flaco servicio tanto a estos maestros como a uno mismo.

De modo parecido a lo que sucede con el término "amor", el término "iluminación" ya no dice mucho. Hablamos de "amor" para describir un estado de inflación egoica, nuestro aprecio por los helados o nuestra actitud ante nuestro esposo o nuestros niños, mientras que la mayoría de nosotros ni siquiera sabe lo que es el verdadero amor. Lo mismo ha llegado a ser cierto de la iluminación. El hecho de que el término abunde tanto en el lenguaje coloquial, en el *New York Times*, en *Time* y en *Newsweek*, como si todo el mundo entendiera realmente lo que significa, habla directamente de esta presunción colectiva errónea acerca de la iluminación, en la que ha caído todo el mundo occidental. Cuando todo el mundo se precipita a hablar de iluminación, su significado disminuye más que si no se pronuncia, que si no se verbaliza. Vivimos en un mundo en el que la gente tiene la libertad, en un sentido casi recreativo, de hollar el sendero de iluminación.

Sensei Danan Henry es muy crítico con el modo en que la Nueva Era utiliza la terminología espiritual.

> No me importa que los *new-agers* hagan y digan todas esas tonterías, pero sí que me preocupa cuando emplean la terminología de las tradiciones antiguas e insisten en que están hablando de la iluminación. No están hablando de la iluminación. Hablan de un cierto tipo de sentimientos, de pensamientos y de sexo. Tienen todos esos buenos sentimientos y esos profundos pensamientos y dicen: «Eso es la iluminación». O le llaman el "yo verdadero". Emplean palabras como "yo verdadero" y están hablando de tener una maravillosa salud y un sexo estupendo. No puedo soportarlo. En la medida en que me afecta, yo diría que ni siquiera se hallan en este juego. Éste es el punto en que aparece mi intolerancia.

La opinión de Sensei Danan es dura, pero con razón. Personas como Sensei Danan que han dedicado su vida a transmitir la Realidad representada por palabras como "iluminación" se hallan continuamente enfrentados a la tarea de desenredar y desmontar las proyecciones y las expectativas sobre la vida espiritual que sus estudiantes han adquirido a través de una distorsión cultural y un empequeñecimiento de la terminología sagrada.

Roshi Mel Weitzman del Centro Zen de Berkeley cuenta la escena que se desarrolló en una sala de reuniones en los años setenta, donde estaba hablando uno de los gurús populares del momento. Fuera de la sala, una mujer se quejaba a la persona que recogía las entradas: «¡He pagado cien dólares para conseguir la iluminación! ¡Quiero que me devuelvan mi dinero!». El dinero no compra la iluminación.

La verdadera iluminación no se vende en la tienda de la esquina, no contiene conservantes y no viene envuelta en plástico. El mayor regalo, la "perla de valor incalculable", es la entrega absoluta a Dios o el Universo, y nunca será barata. Por eso deberíamos preguntarnos por los sucedáneos de joyas que los pseudoespiritualistas venden con tanta facilidad en sus paquetes fantásticos. Si uno quiero algo auténtico tiene que

aprender acerca de las falsificaciones; de otro modo, uno puede ir mostrando orgullosamente una piedra en realidad sólo de apariencia diamantina, convencido de que es el Diamante Esperado.

Ahora bien, decir que la iluminación se está extinguiendo *no* es decir que aquello que el término representa en su forma más pura se ha extinguido. La iluminación no es ni más ni menos común de lo que siempre lo ha sido. La verdad ha existido siempre y siempre existirá, y siempre existen los pocos que son capaces de vivir a partir de esa verdad. Las definiciones e interpretaciones modernas de la iluminación se desmontan críticamente en este libro para animar a la gente a no estancarse en una serie de experiencias e intuiciones radicales que pueden encajar en la definición libresca de iluminación, pero que les alejará de posibilidades todavía mayores.

La falta de educación espiritual y la necesidad de una matriz cultural

Como la cultura occidental ofrece muy poca educación espiritual a la mayoría de sus habitantes, la gente interesada en la espiritualidad carece del conocimiento necesario para discriminar entre lo auténtico y lo que no lo es. Hay mucha religión, y *había* un fuerte fundamento cultural en el caso de la espiritualidad indígena norteamericana y en las tradiciones célticas en varios países europeos, pero cada vez más Occidente se convierte en un desierto en términos de educación acerca de la espiritualidad.

La razón de que Occidente no pueda ofrecer una educación espiritual es la carencia de una matriz cultural persistente, un contexto en la propia cultura creado y sostenido en el tiempo con el fin de proveer un fundamento amplio a los miembros de la cultura para que sean capaces de percibir y experimen-

tar la comprensión espiritual. Una matriz cultural no implica que todo el mundo en esa cultura tenga una profunda comprensión o un gran respeto a la espiritualidad, sino que haya literalmente una estructura invisible, colectiva, en la propia cultura que sirva como recurso y fundamento espiritual capaz de alimentar a quienes deseen emprender un desarrollo espiritual.

Ejemplos obvios de poseer una matriz cultural de este tipo incluyen a la India, Tibet (especialmente antes de la reciente invasión china) e Israel, así como a muchos de los países budistas como Thailandia y Vietnam. Las culturas mismas *son*, en esos casos, espirituales. Allí la espiritualidad no está separada de la vida, de modo que la cultura sostiene a aquellos que desean sumergirse en la búsqueda de Dios o de la Verdad, y ofrece también un soporte espiritual implícito a aquellos en quienes el deseo de la vida mítica no es tan fuerte o pueden comprometerse con ella pero con menor intensidad.

De manera desafortunada, aunque inevitable, en la importación masiva de las tradiciones espirituales orientales al suelo occidental, lo que se ha importado son las prácticas y las expresiones visibles y tangibles de esas tradiciones y no la matriz cultural de la que surgieron. Obviamente es imposible importar una matriz cultural, pero cuando este aspecto no se tiene en cuenta, el resultado es una importación superficial e incompleta de la tradición. Los profundos ejercicios esotéricos que se hallan dispersos en talleres de fines de semana, se concedían tiempo atrás a individuos que habían seguido durante años una *sadhana* fundamental y que vivían en comunidades capaces de ayudarles a enfrentar las dificultades que a menudo surgían como resultado de emprender prácticas avanzadas.

Algunos entusiastas maestros espirituales de Oriente, los cuales comprensiblemente quieren preservar sus propias culturas moribundas y ayudar a Occidente con su conocimiento,

han supuesto de forma ingenua que los occidentales tienen la capacidad de comprender y utilizar enseñanzas altamente esotéricas. A menudo las entregan de manera frívola y gratuita a todo el que quiera recibirlas, sedientos como están de propagar las sublimes enseñanzas o de ser considerados grandes maestros. No se dan cuenta de que su comprensión y su habilidad para trabajar con esas enseñanzas se basa en una matriz cultural que forma parte de ellos hasta tal punto que ni siquiera la perciben.

A menudo, sin que los propios maestros sean conscientes de ello, su matriz cultural constituye una parte importante de su protección. No es infrecuente entre los maestros orientales, que en su propia cultura eran altamente respetados por su integridad en el trabajo de transmisión que estaban realizando, llegar a Occidente y no poder soportar los retos que supone enseñar en una cultura que no posee ninguna matriz ni ninguna comprensión de las tradiciones espirituales. Inconscientes de la protección ofrecida por su matriz cultural, son fácilmente devorados por las tentaciones del ego. El científico Charles Tart, uno de los precursores del movimiento de la conciencia en Estados Unidos, comenta:

> Hemos tenido muchos ejemplos de maestros que han venido de Oriente y que eran personas relativamente iluminadas, según los criterios de su tradición, los cuales tras haber permanecido en Occidente durante un tiempo se echaron a perder. Procedían de tradiciones monásticas y de repente se vieron rodeados de mujeres hermosas y pronto se encuentran acostándose con jóvenes de veintidós años para reforzar su *prana*; estas cosas parecen muy escabrosas, pero son altamente racionalizadas. Todos tenemos una personalidad básica formada en una matriz cultural determinada y esa matriz cultural nos sostiene de diversos modos. Ahora bien, si esa matriz cultural deja espacio para ser espiritual y te aísla de muchas cosas ordinarias durante esa formación,

> puedes lograr un importante desarrollo. Pero si sacamos a esa persona de su contexto cultural y la situamos en un contexto en el que la cultura no le protege, ciertamente puede torcerse.

Además, la matriz cultural ofrece protección espiritual a través de los linajes. La mayoría de los grandes maestros espirituales proceden de una larga línea de maestros anteriores y se hallan sólidamente enraizados en una tradición. Ésa es la razón por la que se encuentran *menos* casos de corrupción (aunque todavía muchos) en los linajes de maestros zen o rabinos probados y certificados.

El célebre autor e intelectual Ken Wilber sugiere, de manera similar, que si no hay un linaje para proteger al maestro, «el maestro individual se convierte en la única fuente de poder legitimador. Dado que los individuos deben tener legitimidad... harán o serán lo que la autoridad legitimadora diga: una invitación a situaciones problemáticas».[2]

Reb Zalman ilustra cómo la matriz cultural judía protege a la gente de los riesgos de inflación a causa de la propia estatura espiritual.

> Para los judíos, uno no se convierte en un ministro por el simple hecho de ser un erudito en la Biblia. Uno tiene que saber mucho más. Ha de conocer los idiomas originales. Hace falta mucho estudio y mucho trabajo intelectual que acompaña al proceso de convertirse en un líder espiritual. Entre los ortodoxos, si alguien aparece, tendrá que ser conocido por la gente desde hace generaciones; de qué familia procede, con qué rabino ha estudiado, etc. Si quisiera llegar, predicar y enseñar, y la gente no supiera quién es, simplemente le ignorarían.

2. Ken Wilber, «The Spectrum Model», en Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber. *Spiritual Choices: The Problems of Recognizing Authentic Paths to Inner Transformation*. Nueva York: Paragon House Publishers, 1987, pág. 257.

La pregunta, por tanto, es la siguiente: ¿cómo educarnos a nosotros mismos en una cultura que carece de educación espiritual? Es poco probable que se pueda educar la cultura en su conjunto, pero existen escuelas y maestros espirituales cuyo trabajo consiste precisamente en servir a este objetivo. Tenemos que esforzarnos en nuestra propia educación no sólo para no engañarnos respecto a nuestro propio desarrollo espiritual, sino también para ayudar a elevar los criterios culturales de la espiritualidad, para aportar integridad a la espiritualidad contemporánea y preservar su esencia en tiempos de grandes cambios.

Muchas áreas grises

La cuestión de proclamaciones prematuras de iluminación no es un asunto de blanco o negro. No es tan sencillo y los factores implicados son complejos. Cada caso es único. Cada circunstancia es diferente. A veces las personas están equivocadas, pero son sinceras e incluso sirven de ayuda. En ocasiones hay una gran compasión sin claridad de percepción, otras hay claridad sin compasión. Algunos que han supuesto que están iluminados están abiertos a ser desaprobados; algunos lo utilizan simplemente para conseguir poder y fama; y algunos son tan completamente ajenos a su propia dinámica inconsciente que resultan incapaces de ver sus propias debilidades. Otros no se proclaman iluminados, pero a causa de la demanda de los estudiantes cumplen la función de maestros, o realizan tal tarea a petición de su maestro y bajo la guía directa de éste.

Charles Tart ha estudiado la conciencia, los estados alterados y la iluminación durante tres décadas, tanto desde una perspectiva empírica como desde una perspectiva personal. Aunque ha formulado muchas hipótesis acerca de los estu-

dios de la conciencia y sus implicaciones, vuelve a reconocer que todavía es mucho más lo que resulta desconocido que lo que conocemos.

> Ojalá tuviera respuesta a estas preguntas, pero soy más consciente de los problemas. Pienso que si nos mantuviéramos conscientes de los problemas, tendríamos una oportunidad de captarlos y hacer algo con ellos. Son cuestiones terriblemente importantes, pero pienso que no sabemos las respuestas. Tenemos que hacer lo que podamos. Si nos tomamos en serio las preguntas, tenemos alguna posibilidad de obtener las respuestas.

Lo importante es que no podemos extraer conclusiones rápidas sobre la iluminación. Quién está iluminado y quién no, cuáles son los signos de la falsa iluminación y cuáles los de la verdadera. Tales conclusiones nos fallarán. Al mismo tiempo, *podemos* llegar a conocer bien las dificultades que rodean el tema de la iluminación y, al examinar esas tendencias en nosotros, llegar a comprenderlas con la claridad suficiente como para poder aplicarlas en circunstancias concretas de nuestras propias vidas.

Estamos tratando con el misterio. Nos hallamos estudiando el misterio, escribiendo libros sobre el misterio, meditando sobre el misterio, pasando años de rigurosa práctica espiritual ante el misterio y, aun así, el misterio persiste. Debemos ser humildes ante este hecho y recordarlo para no ser descarriados ni siquiera por nuestra propia sabiduría.

¡Podría haber algo peor de lo que presumir!

Joan Halifax, maestra budista y antropóloga que habitualmente lleva la práctica de la meditación a las prisiones, ofrece una perspectiva radicalmente alternativa a la de la mayoría

de los otros maestros aquí incluidos. Nos recuerda que existen horrores mayores que el de suponer prematuramente la propia iluminación.

> Más vale que la gente crea que está iluminada, lo cual es una bella aspiración, que el que roben en las tiendas, se inyecten heroína, maltraten a sus mujeres o golpeen a sus perros. Yo pienso que una de las cosas más maravillosas es la ilusión de estar iluminado, aunque sea una ilusión. Al menos representa una aspiración que es mejor que la aspiración a ser un asesino. No voy a hacer una valoración psiquiátrica iluminada de la gente. Es mejor creerse iluminado que muchas otras cosas. Incluso el pretender estar iluminado es mejor que hacer daño intencionalmente a otros. Creo también que se trata de una etapa. Es algo así como cuando una adolescente se pone tacones altos y se pinta los labios imitando a su madre. De algún modo, es una especie de caramelo. No suelo condenar muchas cosas, pues trabajo con gente que mata a otras personas y les aprecio. Las personas pasamos por etapas.

La perspectiva de Halifax es importante. En la vida cotidiana, no digamos en las cárceles, la gente engaña, miente, roba, domina y manipula a los otros sin dudarlo. Quizás sería mejor que estuvieran perdidos en visualizaciones y proclamando canalizar arcángeles, si esto implica que causan menos sufrimiento a quienes les rodean. Hay que reconocer este punto de vista, pues añade nuevas dimensiones a esta problemática.

Sin embargo, en lo que respecta a la consideración de la evolución de la conciencia, ¿quién sabe cuáles son las consecuencias de la falsa presunción de estar iluminado? Quizás no sea tan inofensivo, especialmente cuando aquellos que presumen erróneamente de estar iluminados afectan a la vida de cientos o miles de discípulos. Y, desde una perspectiva prag-

mática, para aquellos individuos que tienen la posibilidad en esta vida de trabajar en serio la purificación en el camino espiritual y de servir a la humanidad con el conocimiento adquirido, la presunción de estar iluminado no es una cuestión sin importancia. Para muchas personas constituye un verdadero obstáculo; un obstáculo que exige una cuidadosa atención para ser evitado.

2. PERO ¿QUÉ ES LA ILUMINACIÓN?

> Si se me exigiera –bajo pena de muerte por la Inquisición– que ofreciese una definición de la iluminación, no podría hacerlo, pues no creo que haya una definición. Así que afirmar que soy algo que no puedo definir es ridículo.
>
> LEE LOZOWICK

¿Qué es la iluminación?[1] Ésta es la gran pregunta y el *koan* imposible de la espiritualidad contemporánea. Como vimos en el capítulo anterior, la comprensión esencial de la iluminación está ausente. El término ha perdido su valor original a causa de su empleo abusivo y se ha desacralizado por el empleo incorrecto de aquellos que creen saber lo que significa. Por otra parte, no ha sido sustituido. Hay alternativas al término "iluminación", por ejemplo, "despertar" y "libera-

1. Los términos "iluminación", "despertar" y, en algunos casos, "liberación" se emplean de manera intercambiable en este libro. Para la mayoría de quienes utilizan estos términos hay ligeras variaciones en su significado, pero no hay nada que se aproxime a una comprensión unánime entre las escuelas y los maestros espirituales. Por ello resulta imposible definir esas sutilezas semánticas cuando estamos teniendo en cuenta un espectro tan amplio de maestros y enseñanzas espirituales.

ción", y tales términos se usan de manera intercambiable a lo largo del libro, pero todos nos dejan en la misma confusión. Los novicios y los practicantes experimentados necesitan un lenguaje en el que comentar las ideas que representan sus aspiraciones, pero deben hacerlo desde una perspectiva que sea hipotética o, a lo sumo, intuitiva.

En *The Progress of Insight: A Treatise on Buddhist Satipatthana Meditation*, Mahasi Sayadaw utiliza la siguiente analogía:

> Al igual que una comida muy apetitosa, sabrosa y deliciosa sólo puede ser apreciada totalmente por quien la ha saboreado –y además la ha compartido–, los distintos desarrollos cognitivos aquí descritos sólo pueden ser entendidos por quien los ha percibido por experiencia directa, y de ningún otro modo.[2]

El principal riesgo de intentar definir la iluminación es que nos limitemos a añadir una idea más a nuestro almacén de conceptos. El principal beneficio de intentar definirla es que, ya que el término "iluminación" existe en el mundo en tanto que concepto y todavía no tenemos sustituto, es mejor clarificarlo y ampliar nuestra perspectiva acerca de él, más que dejarlo en su decrépito estado. Las palabras son símbolos, y en ocasiones símbolos muy burdos, pero constituyen una de las formas importantes que empleamos para intentar compartir nuestra experiencia. Así pues, más vale comprender lo confusos que estamos acerca de la iluminación e intentar clarificar nuestra incertidumbre que evitar completamente la situación.

2. Mahasi Sayadaw. *The Progress of Insight: A Treatise on Buddhist Satipatthana Meditation*, trad. ingl. de Nyanaponika Thera. Kandy, Ceilán: The Forest Hermitage, 1965, pág. 26.

La fantasía de la iluminación

La principal dificultad al definir la iluminación es que lo hacemos desde las gradas y no desde el terreno de juego. La misma persona que ve el partido de fútbol por televisión y dice «Si *yo* estuviera ahí, ya habría marcado gol», es la que no puede disciplinarse para hacer ejercicio tres veces por semana y no puede lanzar el balón ni a cinco metros. Intentamos definir la iluminación desde una perspectiva subjetiva y conceptual, pero carece de referencia objetiva o experiencial. Lo que pensamos de la "iluminación" es una idea creada por nuestra imaginación. La iluminación es una fantasía.

La fantasía más generalizada acerca de la iluminación es que se trata de una libertad del sufrimiento, de la trascendencia del dolor y la lucha, el país de leche y miel, un estado constante de amor, gozo y paz. La iluminación representa el sueño colectivamente compartido de un mundo idealizado y perfecto, de pura belleza y puro goce. No es sólo una fantasía de la Nueva Era, es el deseo secreto de todo el mundo. Es nuestro deseo compartido de salvación. Pero es sólo una fantasía. Lee Lozowick nos previene:

> Si estás pensando que una vez te ilumines, la vida será un estado dichoso, feliz, puro, luminoso, ininterrumpidamente, yo que tú no seguiría con esa idea. Vivimos pensando: «Si pudiera despertar, mis problemas se resolverían». Pero no es así.

Es preciso que hagamos frente a nuestras proyecciones y fantasías acerca de este misterioso "estado", para poder seguir con nuestras vidas espirituales de una manera realista. Incluso aquellos que han estudiado y practicado disciplinas espirituales durante largos períodos se aferran a una fantasía de salvación. Saben que sus ideas sobre la iluminación son ilusorias, pero aun así, en algún rincón de su mente, mantie-

nen la posibilidad de la liberación. Liberarse de la fantasía de salvación es un gran reto espiritual.

Como veremos, nuestras fantasías se aplican no sólo a la iluminación, sino también a las experiencias espirituales, la meditación, Dios, y otros muchos asuntos. Cuando se insinuó a Reggie Ray, maestro budista en el linaje de Chögyam Trungpa Rinpoche, que la mayoría de la gente piensa que meditar significa cultivar una estado de mente en paz, respondió medio bromeando: «Bueno, eso es la gente que no medita, obviamente».

Es muy difícil abandonar la fantasía de la iluminación, pues si lo hacemos, ¿qué esperaremos como recompensa a nuestros dolorosos esfuerzos? Quizás no lo que creemos. Puede que nos veamos frente a una Realidad que hemos intentado encarnizadamente creer que es distinta de como verdaderamente es. No obstante, ahí se halla la posibilidad de descubrir riquezas de valor inapreciable, distintas de lo que hayamos podido soñar.

Definiciones contemporáneas

Hay muchos modos de hablar de la iluminación, muchos ángulos desde los que podemos enfocarla. Cada escuela y cada maestro espiritual tienen su propia terminología, y generalmente las definiciones dependen de su relación con otras definiciones propias de la cosmología de la escuela. A continuación expongo algunas definiciones y explicaciones de la iluminación desde varias perspectivas tal como sugieren varios instructores contemporáneos.

La iluminación consiste en hacer estallar las construcciones mentales (Georg Feuerstein)

Feuerstein describe la perspectiva del Vedanta Advaita clásico sobre de la iluminación como «el estallido de todas

las construcciones mentales acerca de la existencia, incluyendo las nociones de vacuidad y caos o de plenitud y armonía».[3]

Más tarde sugiere que «la iluminación es la condición en la que el cuerpo y la mente se hallan perfectamente sincronizados con la Realidad trascendente».[4]

La iluminación es sensibilidad (Reggie Ray)

Según Ray, en el budismo, la iluminación consiste en una gran sensibilidad. «Consiste en ser sensible a tu mundo, y para ser sensible uno no puede tener agendas ni nada particular que uno esté persiguiendo o buscando. La sensibilidad consiste en ser capaz de responder e interactuar con la realidad, en lugar de estar proyectando sobre la realidad.»

La iluminación consiste en una mente relajada (Joan Halifax y Arnaud Desjardins)

«Si deseas algo –afirma Halifax– tu mente no está relajada. Un *rinpoche* tibetano me dijo en una ocasión: "La iluminación consiste en una mente relajada". Estamos en primavera. Nos hallamos sentados en el jardín, los tulipanes y las fortisias crecen. ¿Por qué quiero forzar a que florezcan estas flores o a que crezcan más rápidamente de lo que lo están haciendo? Tienen su propia vida. Cada vida tiene su propia vida. Nuestra propia vida tiene su propia vida. Si me siento en el *zendo* intentando lograr algo, lo que voy a conseguir es agotarme. O va a inflarse mi ego. De pronto, simplemente te sientas por el hecho de sentarte. Es como el servir por el hecho de servir. Sentarse junto a una persona moribunda para estar con ella no es hacer un servicio, es simplemente sentarse junto a una persona moribunda. Ni siquiera es una práctica.»

3. Georg Feuerstein. *Holy Madness*. Nueva York: Paragon House, 1990, pág. 215.
4. Georg Feuerstein. *Encyclopedic Dictionary of Yoga*. Nueva York: Paragon House, 1990, pág. 215.

La explicación de Halifax acerca de la mente relajada no es muy distinta de la del instructor espiritual y cinematógrafo Arnaud Desjardins, quien constantemente pide a sus estudiantes que "acepten lo que es" y "digan sí a la vida". Cuando les dice que acepten todo lo que *hay* en ese momento, tal como es, sin intentar cambiarlo, Arnaud Desjardins habla a la mente que está relajada y espaciosa.

La iluminación es el conocimiento de que todo es transitorio, incluso la iluminación (Lee Lozowick)

«La iluminación es el conocimiento de que todo es transitorio, incluso la iluminación –dice Lozowick–. En cada momento cambia todo, de modo que si uno toma *una* experiencia de iluminación y la proyecta al futuro, corta la posibilidad de la verdadera iluminación en *cada* momento.»

Puede resultar chocante para el ego considerar la iluminación como transitoria, ya que generalmente se utiliza para referirse a un estado estable, permanente, que una vez alcanzado dura hasta el infinito. Considerar que incluso la iluminación es transitoria nos conduce a la vulnerabilidad de la impermanencia, del no-saber, de ser incapaz de controlar la vida, incluso en la iluminación.

La iluminación es una energía impersonal (Andrew Cohen)

Cohen, fundador e instructor de la Asociación para la Iluminación Impersonal, describe así el aspecto impersonal de la iluminación: «La energía de la iluminación es un movimiento energético en el universo que constituye el movimiento de la evolución en la conciencia. El movimiento de esa energía es impersonal. No se preocupa ni por ti ni por mí. Tiene su propia dirección. Gestiona el propio negocio que necesita llevar adelante y tu situación o tus sentimientos particulares en tanto que individuos son totalmente irrelevantes

para ella, pues tiene su propia función, una función que no es consciente de ti en tanto que individuo ni de tu circunstancia *kármica* psicológica o emocional en una momento determinado».

La iluminación es la realización de la interdependencia (Joan Halifax y Christina Grof)

Halifax define la iluminación como «la toma de conciencia de que uno no está solo. Uno es todo. Todo está interconectado. Todo está en todo lo demás».

«Hay un sentido de humildad al saber que estás conectado con una totalidad más amplia», dice Christina Grof, presidenta del Instituto de Formación Transpersonal Grof.

La mayoría de la gente asume inconscientemente que no está conectada y esto tiene consecuencias significativas. Cuando creemos que no estamos relacionados, tenemos una relación adversa hacia el mundo entero y hacia todo lo que hay en él. Pensamos en dualidades, "yo frente a ti", "yo frente a ello", "todo existe fuera de mí". Cuando creemos que estamos separados de Dios o de la Realidad, sentimos que no estamos enteros, que no estamos completos; por tanto, tenemos que coger algo de alguien para obtener esa completitud perdida. La agresión se basa en una falta de comprensión de la interdependencia.

La iluminación es la realización de que no sabes nada (Mel Weitzman)

«Donde la gente se sale del camino –dice Weitzman, abad del Centro Zen de Berkeley– es al pensar que la iluminación significa que uno lo sabe todo. Cuando, en última instancia, la mayor iluminación consiste en darse cuenta de que uno no sabe nada.»

La iluminación se reconoce más fácilmente a través de la comprensión del propio oscurecimiento (Charles Tart)

Estudiar el propio oscurecimiento –la ilusión en la que la gran mayoría de los seres humanos se baña en mayor o menor grado– puede ser un enfoque más práctico hacia la autocomprensión que el intentar valorar la propia iluminación. Charles Tart, considerado "experto en la iluminación", revela su perspectiva acerca de la iluminación.

> Siento que no sé qué es la iluminación, aunque sea un experto en ello. Tanto personal como profesionalmente he estudiado el proceso de oscurecimiento durante casi sesenta años. Por tanto, sé cuándo estoy cayendo más en mi locura y mis distorsiones y cortado de la realidad. Han existido momentos en los que se ha hecho la luz en ese oscurecimiento, cuando he escuchado realmente lo que alguien estaba diciendo, en lugar de oír mis prejuicios respecto a lo que debería estar diciendo. Ha habido ocasiones en las que he sido de mayor ayuda para algunas personas de ese modo, y valoro esos momentos, pero tienden a ser pasajeros. No me hago ilusiones de que digan: «Vaya, me he convertido en un iluminado». Sé que no es así. Sé que no estoy tan loco como lo estaba hace veinte años, y me alegro de eso. Puedo prestar un poco más de atención. Pero comparado con lo que creo que es posible, todavía tengo un largo camino que recorrer. E incluso al decir esto me doy cuenta de que hay una parte de mí que se siente orgullosa de ser tan humilde acerca de la iluminación, así que mejor observo esa parte.

La iluminación tiene grados (Arnaud Desjardins y Andrew Cohen)

Desjardins propone la siguiente consideración respecto a los grados de iluminación:

> ¿Hay un único nivel de despertar o de iluminación? ¿Diremos que uno está iluminado o no lo está? ¿O puede decirse que uno está más o menos iluminado? Mi respuesta sería la siguiente: no que uno está más o menos desnudo, sino que uno tiene más o menos vestidos, uno encima de otro. Estoy convencido de que la idea de un progreso gradual es mucho más beneficiosa que la espera y la expectación de un despertar o una iluminación súbita y completa.

Cohen sugiere además:

> Generalmente, las diferencias entre los logros de los individuos verdaderamente iluminados pueden establecerse en dos categorías: 1) *profundidad* del logro, por ejemplo, la profundidad y la amplitud de la visión y la comprensión iluminada, y 2) la *pureza* de dicho logro. Esto quiere decir: ¿Hasta qué punto es impecable la expresión de ese logro? ¿Puede detectarse alguna mancha? Y, en caso de ser así, ¿hasta qué punto?[5]

Las tradiciones zen establecen una clara distinción entre iluminación "superficial" y "profunda". Se dice que, si bien es posible que el *satori* penetre en el individuo tan profundamente que produzca un cambio radical en cada aspecto de su expresión, a menudo la iluminación inicial es más "superficial" y puede profundizarse con el tiempo.

La iluminación es libertad del camino espiritual (Charles Tart)

Medio en broma, medio en serio, Charles Tart afirma: «Algunos amigos y yo solíamos bromear y decíamos: "La iluminación consiste en sentirse libre del camino espiritual". Cuando no se siente la necesidad de estar iluminado, algo

5. Andrew Cohen, «Enlightenment is Neutral: A Dialogue», *What is Enlightenment?*, 1, n.° 2 (julio 1992), pág. 8.

profundo sucede. Desde luego, el problema es que uno puede no sentir ninguna necesidad de iluminarse porque está totalmente perdido en la ilusión. Así que es una cuestión muy engañosa: sé honesto acerca de la iluminación y no seas retorcido de modo egoísta».

Es preferible no hablar de ello

Mientras que unos instructores analizan la cuestión de la iluminación, otros no hablan de ello o lo hacen sólo con grandes reservas. Hay quienes prefieren simplemente seguir con la práctica de vivir una vida iluminada. Hay otros que creen que es peligroso discutir sobre la iluminación porque confunde a la gente; y otros quieren que sus estudiantes se centren en vivir de una manera equilibrada e inteligente antes de entrar en consideraciones avanzadas sobre la iluminación. El maestro zen Joko Beck cuenta lo siguiente:

> Hace unos días alguien me dijo: «Usted nunca habla de la iluminación. ¿Podría decir algo sobre ello?». El problema que hay en hablar sobre la iluminación es que nuestra charla tiende a crear una imagen de lo que es; pero justamente la iluminación no es una imagen, sino el hacer pedazos todas nuestras imágenes. Y ¿lo que estamos esperando es una vida hecha añicos?[6]

Resulta interesante comprobar que muchos de aquellos cuyas vidas parecen basarse exclusivamente en la iluminación ofrecen conferencias sobre ello con mucha facilidad y proclaman su propia iluminación; mientras que aquellos que, si no completamente iluminados, llevan vidas de un intenso servicio y compasión y que constituyen canales eficientes para

6. Charlotte Joko Beck. *El zen de cada día.* México D. F.: DEMAC, 1993.

la propagación de las enseñanzas espirituales, insisten en su falta de iluminación y prefieren no hablar sobre el tema. Joan Halifax, cuyas cualificaciones incluyen la ordenación en tres linajes budistas así como el ser directora de un *zendo* y centro de educación espiritual, dice:

> No me gusta hablar sobre la iluminación, pues yo misma me siento como un fracaso zen. No me siento iluminada. Me encuentro constantemente en lucha con mis propias dificultades y en proceso de trabajar con ellas. Percibo que la contracción en mi propia naturaleza es muy fuerte, y el sentido del "yo" es también fuerte. Así pues, para mí, hablar de iluminación es presuntuoso. Yo no estoy iluminada. He gozado de importantes visiones en varias ocasiones. Con el roce de la vida y habiendo cometido algunas equivocaciones verdaderamente dolorosas (conmigo y con los demás), he aprendido algunas lecciones. Pero no puedo hablar de iluminación.

Chögyam Trungpa Rinpoche, quien conoció personalmente a muchos de los grandes santos de nuestro tiempo, se dice que afirmó que sólo había encontrado a tres seres iluminados en toda su vida. Si su afirmación era justa, o incluso aproximadamente correcta, y sólo conoció a tres seres iluminados en todo el planeta, de los cientos, si no miles, de maestros que encontró, resulta ciertamente presuntuoso incluso para aspirantes espirituales con talento hablar alegremente acerca de la iluminación, como si se tratase de una experiencia común.

La gente habla sobre la iluminación, sobre todo porque una existencia cotidiana, llena de las luchas y exigencias de la vida diaria, parece muy dolorosa si la comparamos con la iluminación soñada. En el contexto más amplio de las exigencias de la verdadera vida espiritual vivida de lleno, quizás la iluminación no es aquello a lo que se suele referir como "la perla de valor incalculable". Quizás la iluminación sea algo más. Quizás sea

sólo un aspecto más, aunque muy significativo, del interminable flujo de servicio requerido por la vida iluminada.

Si supiéramos lo que es la iluminación, saldríamos corriendo

¿Qué puede haber de tan terrible en la iluminación que pueda hacer salir corriendo a alguien? Sólo aquel que conoce la realidad de la iluminación de primera mano puede contestar adecuadamente esta pregunta, pero a partir de los relatos de muchos, muchos de los grandes maestros, la Realidad, o la iluminación, no es la salvación celestial que la mayoría de la gente espera que sea. En la realidad hay un tremendo sufrimiento, además del gozo, y la visión iluminada ve todo ello, tal como es, incapaz de huir de ningún aspecto de la existencia.

Lee Lozowick también habla de sus visitas a santos de todo el mundo y señala que los verdaderos santos, aunque a menudo radiantes y capaces de una gran felicidad, también sufren inmensamente. Ellos soportan el dolor de corazón que procede de la claridad de su visión del sufrimiento de la humanidad. La gente se imagina frecuentemente que la vida de un gurú es una vida en la que sus discípulos se sientan humildemente a sus pies, le ofrecen regalos, colocan *malas* de flores alrededor de su cuello y le hacen generosas donaciones.

En general, la mayoría de la gente tiene una idea deficiente de la iluminación. Si comprendieran que en lugar de nadar en un océano de dicha su iluminación significaría una vida de preocupación, servicio y sufrimiento por los otros, muchos abandonarían el sendero antes incluso de comenzar a caminar por él. Por eso muchos grandes maestros avisan: «Si usted supiera lo que es la iluminación, saldría corriendo en dirección contraria». Al mismo tiempo, los mismos instructores que dicen a la gente que se alejen de la iluminación, al mismo tiempo atraen

estudiantes dedicados al sendero y hacen todo tipo de acrobacias espirituales para que otros se unan a ellos en la vida en que ellos mismos se han comprometido. Han visto la realidad tal como es y, sabiendo que no hay existe ninguna otra opción auténtica, han entregado sus vidas al servicio de esta realidad.

Vimala Thakar: la iluminación no puede ser una experiencia

Habiéndole pedido J. Krishnamurti, hace cerca de cuarenta años, que enseñase, Vimala Thakar, un instructor indio modesto de incuestionable autoridad, ha atravesado el mundo enseñando meditación y autoinvestigación. El siguiente fragmento procede de una carta que Vimala escribió desde su casa en el monte Abu, en Rajhastan, India, como contribución a este volumen:

> La iluminación es la consumación del crecimiento y la madurez humana. No puede ser una experiencia. Experimentar sólo es posible en el plano mental. La mente es conciencia condicionada. Está condicionada a través de los siglos por toda la raza humana. Tales condicionamientos o *sanskaras* son limitaciones voluntariamente aceptadas por el mantenimiento de la vida social del ser humano. El ser humano es un animal social. Las relaciones presuponen condicionamientos comunes que consisten en patrones de pensamiento y patrones de conducta organizados, así como patrones de mecanismos de defensa. Tales patrones pueden ser burdos y bárbaros o refinados y sofisticados. En cualquier caso constituyen exigencias ineludibles para el funcionamiento suave de la sociedad.
>
> El complejo mente-cerebro no puede equipararse con la totalidad de nuestra vida. La conciencia condicionada no puede considerarse equivalente a la totalidad de las energías

que se mueven e interactúan dentro y alrededor del campo de nuestro cuerpo y nuestra mente. La investigación de aquello que se encuentra fuera del alcance de nuestros sentidos físicos, los órganos de los sentidos y las facultades cerebrales, sólo puede ocurrir con la suspensión incondicional del movimiento mental.

Las experiencias tienen lugar mientras la conciencia del "yo", que constituye el agente monitorizador de la estructura mental, está en funcionamiento. Cuando la mente deja de moverse, el experienciar y las experiencias no pueden ocurrir. La iluminación no puede ser una experiencia.

Las experiencias místicas pueden ser el movimiento de un complejo cuerpo-mente refinado y agudizado. Este organismo se sensibiliza a través del refinamiento, y puede asimilar impresiones y vibraciones contenidos en la vacuidad del espacio. Tales impresiones y vibraciones podrían considerarse "impersonales" en cuanto al contenido, a pesar de que se localicen en el cuerpo de un individuo particular. Obviamente, los sucesos en el plano vital o más sutil de la conciencia poseen una cualidad y una sensación diferente de la que tienen las experiencias sensoriales o psicológicas ordinarias. Poseen un carácter específico. Otorgan al individuo el esplendor de la sofisticación, pero eso no significa que puedan considerarse síntomas de iluminación.

La Liberación suprema o *moksha*, tal como se denomina en terminología india, no tiene nada que ver con las experiencias ego-centradas, ni siquiera con los acontecimientos en torno al campo egoico. La Liberación es una dimensión completamente diferente de la Energía cósmica. Un individuo puede ser visitado por esa energía incondicionada de la Inteligencia suprema que causa una mutación en todo el ser. La forma física sigue siendo la misma o podría incluso sufrir ciertos cambios. La estructura mental sujeta a todo el pasado humano perece. Deja de poseer cualquier característica propia. Se torna operativa sólo cuando la energía de la Liberación requiere su movimiento.

3. MOTIVACIONES PARA LA BÚSQUEDA DE LA ILUMINACIÓN

> Muchos de los llamados buscadores espirituales no son más que Narcisos que se arrastran.[1]
>
> BUBBA FREE JOHN

Lo que pensemos que sea la iluminación dictará e influirá en la motivación que nos conduce hacia su realización, y como hay tanta confusión respecto a lo que es la iluminación, resulta difícil saber qué estamos buscando cuando la buscamos. Si uno piensa que se "obtendrá" algo de ella, puede que esté motivado por la ambición o por el vacío; si uno cree que le aportará la felicidad, puede que esté motivado por la desdicha; si uno piensa que le permitirá la unión, puede que esté motivado por el sentimiento de estar separado, etc. En este capítulo revisaremos el espectro de motivos que impulsan a los

1. Bubba Free John. *The Method of the Siddhas*. Middletown, California: Dawn Horse Press, 1978, pág. 137. Bubba Free John tiene muchos nombres, incluyendo Da Free John, Da Love Ananda y, generalmente, Adi *Da*.)

seres humanos a buscar la iluminación. Prestaremos más atención a los motivos impuros que a los puros, por dos razones: una, las motivaciones puras no necesitan clarificación ni análisis (son incorruptas, inmaculadas y cumplen ya su propósito); y dos, a la vista de cómo se utiliza la "iluminación" en la espiritualidad contemporánea, las motivaciones de la mayoría de la gente son impuras y se hallan necesitadas urgentemente de análisis.

Motivaciones puras y motivaciones impuras

Según las escrituras antiguas, el conocimiento de la iluminación se halla en nuestro interior, existiendo como nuestra verdadera naturaleza. Al mismo tiempo, el ser humano identificado con el estado separativo, egoico, mantiene graves distorsiones acerca de la naturaleza de la iluminación. Por tanto, dentro de cada individuo existen tanto motivaciones puras como impuras para buscar la iluminación. Las puras proceden de la verdadera naturaleza del individuo, las impuras surgen del estado egoico, separativo. Aunque se dice que todos los seres humanos anhelan intuitivamente la iluminación, la unión y la verdad, y que éste es el propósito último de la existencia humana, una mirada rápida al estado actual de la humanidad revela que la mayoría de la gente no da ninguna señal de este anhelo, antes al contrario, revela una tendencia hacia la ilusión y el engaño ampliamente difundidos. Esto se debe a que la mayoría de los individuos están identificados con su identidad egoica, separativa. No están identificados con su verdadera naturaleza.

Antes de bucear en la cuestión de las motivaciones puras y las impuras, merece la pena clarificar tales términos. "Puro", por definición, es inmaculado, incorrupto, prístino, esencial. Una motivación pura para buscar la iluminación es una moti-

vación que no se halla complicada y contaminada por las distorsiones del ego y de la ilusión. "Impureza" puede connotar un ideal victoriano de algo que es sucio, polucionado –algo malo o erróneo–, pero en referencia a las propias motivaciones para buscar la iluminación, sugiere corrupción y subjetividad en las motivaciones. Una motivación impura es una motivación egoica.

Un aspirante espiritual con motivaciones impuras, pero que actúa con integridad, podría ser mejor que otro con motivaciones puras pero sin energía, sin habilidad o destreza para seguir adelante. Todo depende de las circunstancias. Generalmente, si un individuo con motivaciones impuras persiste *comportándose* como si su motivación fuese pura, la motivación impura que entra en conflicto con la pureza de sus acciones con el tiempo produce una visión clara y una transformación.

La "motivación" es la fuerza rectora que se halla detrás de las aspiraciones y las acciones de alguien. Ahora bien, resulta engañoso hablar de motivación respecto a la iluminación, pues la motivación implica esperanza y la iluminación consiste en abandonar toda esperanza. Podría decirse que toda motivación, pura o impura (todo intento de "conseguir" algo u "obtener" algo) se basa en la esperanza y en el ego, ya que el estado carente de ego no trata de "obtener" nada y por tanto no está "motivado". Es cierto que el *sueño* de la iluminación es el sueño del ego, pero, al mismo tiempo, hay una fuerza en nuestro interior que nos mueve en dirección a la unión, que nos reúne con la verdad. Se trata de una fuerza que no está motivada por el ego y que podría decirse que es "el anhelo que el yo siente del Yo" o "el anhelo que Dios siente de Dios". Los seres humanos están motivados en el sentido de que se hallan frente al impulso de actuar en la vida que se desarrolla continuamente ante ellos. Cuando esta energía-vital bruta que les impele se convierte en intencionada y refinada, la motivación se ha purificado.

En todo individuo se da una combinación de motivaciones puras y motivaciones impuras. La motivación pura se halla siempre ahí, pero en algunos está enterrada muy hondamente y rara vez muestra su rostro, mientras que en otros surge y persiste junto a la presencia de motivaciones impuras, refinándose a veces de modos imperceptibles para nosotros. El saber que en nosotros existen motivaciones tanto puras como impuras sirve como un recordatorio para continuar cuestionándonos a nosotros mismos y hacernos más cautos en las presuposiciones acerca de nuestra iluminación.

Motivaciones puras

Unas veces la motivación pura en el interior del individuo es consciente y otras veces es inconsciente. La motivación pura existe en todo el mundo como su derecho de nacimiento, y la experimentarán por la gracia del buen karma y en el grado en que la cultiven y la alimenten conscientemente.

Una motivación pura para buscar la iluminación es que uno ha probado o sentido el sufrimiento de la humanidad y percibe que no hay otra elección más que intentar vivir desde la perspectiva iluminada. En este caso se reconoce que éste es el único modo verdaderamente efectivo de ayudar a los otros y se busca la liberación para servir realmente a los que sufren. Andrew Cohen dice: «Motivación pura significa que quieres liberarte no para ti mismo, sino en aras de la totalidad».[2]

La otra motivación pura para buscar la iluminación es que uno es tan humilde al haber vislumbrado la gloria de Dios que lo único que quiere es celebrar, alabar y servir a esa visión. También en este caso se trata del deseo de servir, pero

2. Andrew Cohen, charla no publicada del 13 de marzo de 1998.

en lugar de estar motivado por el sufrimiento de la humanidad, la motivación es la gloria y majestad de Dios o la Verdad.

Motivaciones impuras

Reconocer la impureza de las propias motivaciones nos pone frente a la dura tarea de comprender el papel del ego en la vida espiritual. El reconocimiento de nuestra propia impureza nos hace humildes de una manera que nos posibilita ver la realidad más clara y objetivamente, en lugar de permanecer estancados en la ilusión.

Las motivaciones de la mayoría de la gente para buscar la iluminación (al igual que para todo lo que hacen) son inconscientes. Si se le preguntara al buscador espiritual medio en sus comienzos en una gran escuela espiritual qué es lo que le motiva, es poco probable que tuviera la claridad suficiente para responder diciendo cosas como "temo morir" o "mi madre no me quiso" o "quiero encontrarme mejor".

Hacernos conscientes de nuestras motivaciones en la búsqueda de la iluminación y seguir el sendero espiritual es parte del trabajo espiritual verdadero. La toma de conciencia crea la posibilidad de no ser un esclavo de esas motivaciones y de no actuar mecánicamente de maneras egocéntricas, mientras se cree sinceramente que las propias intenciones son sagradas e inegoístas. Conocer nuestras motivaciones impuras en la búsqueda de la iluminación nos hace más auténticos, más humildes y nos aproxima a nosotros mismos y a nuestro sufrimiento, y por tanto al sufrimiento de los otros.

Liberación del sufrimiento

Los seres humanos sufren, y buscan aliviar ese sufrimiento. Cuando el Buda dejó la protección de los muros del palacio que le había mantenido al abrigo de la vida y descubrió la rea-

lidad del sufrimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte en el exterior, declaró la primera noble verdad: «La vida es sufrimiento». No dijo: «La vida de Pedro es sufrimiento» ni «Ana sufre», y añadió que si fuesen buenos estudiantes espirituales podrían liberarse de ese sufrimiento. Dijo que *la vida* es sufrimiento. Los seres humanos se resisten a aceptar esto. Y resulta comprensible, pues aceptar la realidad del sufrimiento implica que no hay salida. Y significa también que se comienza a ver las grandes mentiras y distracciones que hemos creado los humanos en un intento de evitar la existencia del sufrimiento.

Precisamente porque los seres humanos siguen negando el hecho de su sufrimiento, la idea de la "iluminación" se convierte en el billete simbólico para la salida del sufrimiento. Palabras asociadas con la iluminación que antaño portaban un gran significado, palabras como "trascendencia", "libertad" o "ir más allá", originalmente empleadas por los místicos, se han traducido, reinterpretado y situado en un contexto egocéntrico de tal modo que sugieren al individuo que sufre que la "iluminación" eliminará su sufrimiento.

Georg Feuerstein escribe: «Demasiado a menudo, los principiantes sufren la ilusión de que la práctica espiritual es plenificante. Esperan ser felices, liberarse de su sentido existencial básico del dilema, a través de sus esfuerzos o gracias al maestro».[3]

En un nivel objetivo, no hay grados de sufrimiento (vivir en la ilusión es sufrimiento), pero hay grados de conciencia del sufrimiento. Si buscamos la iluminación para liberarnos del malestar psicológico, probablemente obtendremos resultados superficiales, al menos al comienzo. Marie-Pierre Chevrier, una instructora que ayuda a Arnaud Desjardins, explica:

> Hay mucha confusión entre la búsqueda espiritual y la necesidad psicológica de sentirse mejor. La gente, una vez

3. Georg Feuerstein en *Holy Madness*, pág. 116.

> ha conseguido una cierta armonía en un nivel psicológico y las cosas le van un poco mejor, puede encontrar que no hay nada más detrás de su deseo. Pero mientras las cosas no van bien y no se encuentran bien, confunden su búsqueda de felicidad con una meta espiritual. Es importante sentirse bien, pero cuando la gente se pregunta por qué no progresa más de lo que lo hace, con frecuencia se debe a esta confusión.

El ego, en su creencia de que puede iluminarse, sigue tratando de manipular las circunstancias para no sufrir más. El ego (que generalmente consideramos ser nosotros mismos) no entiende que no son las circunstancias las que crean el sufrimiento, sino la misma identificación con el ego. En consecuencia, el ego que busca la iluminación como una huida del sufrimiento está condenado a fracasar, pues no puede escapar de sí mismo.

No es probable que la iluminación nos libere del sufrimiento. De hecho, muchos de quienes se comprometen seriamente en un trabajo espiritual afirman que experimentan más sufrimiento a medida que progresan en el sendero. La energía procedente de la conciencia del propio sufrimiento, a diferencia de la negación del sufrimiento, es una fuerza poderosa que puede impulsarnos hacia una práctica espiritual auténtica (práctica que eventualmente nos llevará a aceptar la verdad de ese mismo sufrimiento). Nuestra motivación "impura" consistente en buscar la iluminación como un alivio del sufrimiento que puede llevarnos a la *sadhana* espiritual que pondrá de manifiesto la impureza de nuestra motivación al mismo tiempo que la purifica.

La ambición espiritual: la búsqueda de poder y control

¿Quién pensaría que la soñada vida espiritual (dedicada a la meditación y la oración, perdida en la dicha divina, humil-

de frente a la verdad) podría ser también otra máscara de los sueños de poder y éxito, o un disfraz de los sentimientos de fracaso personal? Y, sin embargo, para muchos no es más que eso. Lo cierto es que la búsqueda de la iluminación es a menudo una búsqueda de poder, fama, prestigio o alguna otra forma de éxito mundano.

Si el *modus operandi* de un individuo en la vida es intentar ser "alguien", ser importante (por ejemplo, un atleta de élite, una mujer ejecutiva, etc.), y esa persona se implica en la vida espiritual, es más que probable que la búsqueda de la iluminación se una a la búsqueda de la obtención de poder y fama en el ámbito espiritual. Así es como funciona la ambición. Un individuo ambicioso no es ambicioso sólo en un terreno, sino en toda la vida, incluso en la vida espiritual.

Si un individuo sufre sentimientos hondamente arraigados de soledad y falta de reconocimiento, puede pensar que quizás un maestro, Dios o "iluminarse" harán finalmente que obtenga reconocimiento. «Éste es el drama humano perenne –dice Andrew Cohen–, el deseo de ser alguien. ¿Cuán especial puedes llegar a ser en este mundo? Como la persona iluminada se supone que es Uno con lo Absoluto, la persona espiritualmente ambiciosa no podría desear nada mejor que ser la persona más especial».

Algunos quieren ser estrellas cinematográficas, otros desean ser unos iluminados. Algunos quieren ser estrellas de cine y no lo logran, así que se imaginan que la iluminación lo hará. Quieren "ganar". Puede que no sepan qué intentan ganar (generalmente es omnipotencia, inmortalidad o la trascendencia del sufrimiento) o ni siquiera que intentan ganar, pero en eso consiste el juego inconsciente.

No cabe duda de que la iluminación puede ofrecer un poder y un control ilusorio o limitado. Los buscadores miran a quienes han adquirido ciertos *siddhis* o poderes (detener la respiración, materializar objetos, levitar o encender velas con el poder

de su mente) y les parece que esos individuos poseen un poder tremendo. Este tipo de poder es insignificante en comparación con lo que es posible en el sendero espiritual: el poder de autoentrega. Los pequeños poderes espirituales no sólo carecen de importancia, sino que pueden convertirse en un gran obstáculo en el sendero, a causa de lo seductores que son. La fantasiosa iluminación que se busca para obtener poder y control en realidad no es la iluminación, sino simplemente una colección de habilidades menores que se pueden aprender fácilmente.

El desarrollo espiritual va más allá del poder y el control mundanos. Los verdaderos maestros espirituales y los que tienen una realización profunda nunca o casi nunca contemplan sus vidas desde la perspectiva del control de sí mismos o de los otros. Saben que la vida está llena de cartas inesperadas y que, a pesar de que puedan tener influencia sobre las vidas de mucha gente, ni siquiera esa influencia es verdaderamente suya. Reconocen también que la responsabilidad que tienen a causa de esa influencia es tan enorme que cualquier apariencia de poder o control personal que puedan experimentar queda reducida frente a su responsabilidad.

La supervivencia del ego basada en la ilusión de la separación

La gente busca la iluminación porque no quiere morir. Las traducciones de los textos hablan de la iluminación como sinónimo de "inmortalidad", "trascendencia" y "estado sin muerte" (nociones muy atractivas para aquellos que temen la muerte). Si uno comprende el contexto en que se escribieron, o si uno estudia los textos completos, resulta claro que no se refieren a la inmortalidad del ego o del cuerpo físico. Pero los seres humanos, desesperados por encontrar un modo de evitar el imaginado sufrimiento de la muerte, gravitan selectivamente hacia algunos aspectos de las enseñanzas, mientras evitan otros. Llegan a creer que la iluminación es el sendero

a la vida eterna del ego, al que identifican con "ellos mismos", y no de la conciencia, que es siempre, ya, inmortal.

La gente busca la iluminación en un esfuerzo por sobrevivir, dado que viven bajo la ilusión de la separación. Al creer que están separados de Dios y que funcionan independientemente del resto de la gente, inconscientemente perciben que se hallan en una relación adversa en un mundo en el que tienen que luchar para sobrevivir. La iluminación, el estado trascendente, representa esa supervivencia.

Digámoslo una vez más: el ego cree que *él* es *nosotros*. Es preciso entender esto, aunque sólo sea intelectualmente, con el fin de comprender la naturaleza de la ilusión de la separación. La gente cree que si la estructura egoica se desmonta y pierde el dominio, como sucede en el despertar espiritual auténtico, "ellos" dejarán de existir. Con el fin de prevenir el apocalipsis del verdadero despertar, el ego decide que *él* se iluminará y llegará a ser inmortal.

Al mismo tiempo, la gente intuye que la carretera hacia el verdadero despertar es el único camino hacia el "estado de inmortalidad", mediante la identificación con aquello que nunca muere, en lugar de hacerlo con la pequeña estructura egoica, separada del resto de la realidad. Cuando la gente se da cuenta de que es uno con Dios, la Verdad o Eso, reconoce que está ya completa y no tiene que intentar "conseguir" algo, incluida la iluminación. Cuando la gente no está ya bajo la ilusión de la separación, sabe que es realmente una manifestación del Uno, y que su identidad basada en el ego morirá, pero que aquello que *verdaderamente* es no puede morir.

Ser amado, ¡ay!

Todo el mundo crece buscando ser amado, adorado, cuidado, respetado, reconocido, sin darse cuenta de que está siendo ya Amado objetivamente, desde siempre. Fundamentalmente, la gente crece sintiéndose "querida" o "no-querida", y en Oc-

cidente la mayoría cae en la categoría de "no-querida", sin haber cometido ninguna falta. Sus padres no sabían cómo amarles bien, no les reconocían, no valoraban quiénes eran en tanto que individuos, de modo que quedan con una herida primal inconsciente y profunda. Habitualmente, el individuo no va pensando: «Oh, me siento tan poco querido», pero en realidad este sentimiento está grabado profundamente en la psique, y toda la vida de la persona se convierte en una búsqueda para obtener el amor que cree que nunca tuvo. Robert Hall, fundador de la Escuela Lomi, explica: «Yo creo que la motivación más habitual para proclamar que se está iluminado es un deseo de ser respetado y reconocido. Generalmente eso constituye un fuerte deseo en la personalidad que en el fondo se siente irrelevante e insegura».

El individuo que se siente fundamentalmente no-querido busca maestros espirituales con multitud de estudiantes a sus pies, adorándoles, llevándoles regalos, comida, flores, e inconscientemente piensa: «Si yo estuviera iluminado, sería amado así». Algunos llegarán a actuar como si estuvieran iluminados, incluso a convencerse a sí mismos de que están iluminados, sólo por conseguir ese amor y esa valoración. Esta necesidad de ser amado es una poderosa fuerza. Podría decirse que es una expresión psicológica de la ilusión de la separación. Quizás lo que represente, en el nivel más profundo, sea un anhelo de unión con Dios, de conocer la Verdad, y la sensación de no ser querido se experimenta como una separación de Dios o de la Verdad.

La falacia de buscar la iluminación para ser amado es triple: en primer lugar, el iluminado no recoge amor, lo ofrece; en segundo lugar, la "iluminación", por definición, significa que uno ya no se identifica con el "yo" y sólo ese "yo" busca la iluminación para ser amado; y, en tercer lugar, el Amor está presente ya, siempre, independientemente de si uno está "iluminado" o no.

Encontrar sentido a la vida

Los seres humanos son máquinas de elaboración de sentido. Enfrentados al misterio de nuestras vidas, buscamos un sentido. Habiendo fracasado al buscar el significado último en la carrera, la familia, los pasatiempos, el alcohol, las drogas y el sexo, mucha gente espera que la iluminación revele el verdadero sentido de sus vidas. Joan Halifax lo explica así: «Los seres humanos quieren algo por lo que vivir. Los seres humanos buscan un sentido. Quieren vivir vidas con significado. Les gustan los incentivos, y la iluminación es un gran programa incentivador».

No obstante, hay que hacer la pregunta: «¿Qué es lo que dentro de nosotros anhela ese significado?». Llewellyn Vaughan-Lee, sucesor de la maestra sufí Irina Tweedie y maestro en el Golden Sufí Center, dice que es el ego:

> ¡Cuánta gente ha venido que quiere tener un propósito, que quiere tener una misión espiritual! ¡Cuántos confunden la espiritualidad con el deseo que tiene su ego de ser necesitado, de ser querido, de tener una meta, un propósito espiritual! Ésta es una de las cosas que antes tengo que eliminar de la gente: el deseo de tener un propósito espiritual. Pues se trata de un gran viaje del ego. ¿Por qué tendría que tener un propósito espiritual?

Aquél cuya motivación para buscar la iluminación es hallar un sentido podría encontrar que el significado descubierto consiste en que no hay significado. La realización de que uno no importa, que nada importa, a menudo denominada la realización de la "vacuidad", es un paso importante en el sendero espiritual. Mientras unos detienen su búsqueda en la realización de la vacuidad, otros utilizan esta significativa intuición para profundizar su comprensión espiritual.

La gente puede tomar casi cualquier neurosis y proyectar en la búsqueda espiritual beneficios ilusorios que están desti-

nados a defraudarle. No obstante, estas decepciones pueden ser mojones importantes en el camino.

El gran regalo de todo verdadero sendero espiritual es que a pesar de las propias motivaciones, el sendero mismo, asistido por la guía fiable de un maestro, transformará al individuo. Dios, o la Realidad, es siempre más fuerte que el ego, y a la larga (aunque pueda ser muy a la larga) ganará. El sendero y el maestro utilizan las debilidades y las ambiciones del individuo para crear lecciones que eventualmente socavarán esa misma debilidad y esa misma ambición, exponiéndolas como lo que son y poco a poco revelando la pureza que yace debajo de ellas. Ahora bien, no podemos sentarnos y esperar a ser transformados. Somos parte activa del trabajo de transformación que nos espera y podemos resistir y luchar contra él o someternos voluntariamente.

Digámoslo claramente, el ego es el factor clave en nuestras percepciones erróneas y nuestras presunciones acerca de la vida espiritual. Por otra parte, este aparente villano puede ser de gran valor cuando se le concede la debida atención y se coloca en el lugar que le corresponde. El capítulo cuatro reflexiona sobre el papel benéfico que desempeña el ego en la vida espiritual.

4. EL PAPEL BENÉFICO DEL EGO

> Mucha gente comete el error de pensar que, puesto que el ego es la raíz del sufrimiento, el objetivo de la espiritualidad debe ser conquistar el ego y destrozarlo. Luchan para eliminar la pesada mano del ego, pero –como hemos mostrado antes– esa lucha no es más que otra expresión del ego.[1]
>
> CHÖGYAM TRUNGPA RINPOCHE

Hay una gran confusión en las enseñanzas espirituales populares respecto a la naturaleza del ego y lo que le ocurre en el desarrollo espiritual. Esta confusión se debe, en parte, a la ignorancia general entre los estudiantes espirituales eventuales en lo que atañe a la naturaleza del ego; y en parte a que las distintas tradiciones espirituales emplean términos como "ego", "muerte del ego" y "trascender el ego" con significados muy diferentes. Quien estudia esas ideas fuera del contexto adecuado puede extraer fácilmente conclusiones incorrectas a partir de dichos términos. Algunos buscadores que saltan de

1. Chögyam Trungpa. *Más allá del materialismo espiritual.* Barcelona: Edhasa, 1985.

tradición en tradición recogen frases como «El ego ha de morir» e inmediatamente presumen, la mayoría de las veces de manera incorrecta, de que saben lo que significa.

El ego existe con un propósito muy específico, pero resulta frecuentemente desvalorizado en muchas escuelas espirituales que se proponen trascender el ego y el mundo de la dualidad. Este libro adopta la concepción de que el ego no muere realmente en la iluminación, sino que el individuo deja de identificarse con él. Mientras que habitualmente uno se identifica tan estrechamente con el ego que cree que constituye su verdadera identidad, en la iluminación el ego no es ya la fuente de la propia identidad. Deja de ser el amo del individuo, para ser su esclavo.

Resulta comprensible que tras el descubrimiento inicial de las operaciones del ego en el interior de uno mismo, el estudiante espiritual exigente desee matarlo o abandonarlo, pues puede ser una molestia y un impedimento en el sendero. Considera que el ego es el gran obstáculo entre él y la iluminación, y decide destruirlo. Ahora bien, su esfuerzo está destinado a fracasar, pues es el ego el que está intentando destruirse a sí mismo, haciendo que el éxito sea imposible.

Los buscadores tienden a luchar durante muchos años contra el ego, convirtiéndolo en su máximo enemigo. Cuando no pueden destruirlo, intentan trascenderlo con pensamientos elevados, dando lugar a estudiantes espirituales distantes, imprácticos e incluso inmersos en un espejismo. En su intento de trascenderse a sí mismos, se encaminan hacia una especie de autonegación, que evita reconocer el dominio omnipresente del ego. Incluso estudiantes espirituales entregados, que intelectualmente comprenden que no pueden conquistar al ego, continúan intentándolo durante muchos años, resistiéndose a hacer frente a la realidad de la existencia del ego y sin advertir los regalos que éste puede aportar cuando se le respeta y se trabaja con él de manera adecuada.

Considerar que el ego es una ilusión es otro de los errores comunes entre los estudiantes espirituales. Por una parte, es ilusorio por naturaleza (no puede medirse, encontrarse, extraerse). No es una cosa. Por otra parte, se halla activo en la mayoría de los seres humanos, si no en todos, y es tan real como el levantarse por la mañana. Así pues, decir que el ego es una ilusión es escamotear la realidad evidente de su existencia.

Otro error habitual que suelen cometer los estudiantes espirituales es el confundir un ego débil con la ausencia de ego. Parece irónico que si alguien entra en el sendero espiritual con un ego subdesarrollado (es decir, baja autoestima, falta de seguridad, claridad y estructura interna), tenga que construir un ego fuerte antes de hacer que disminuya, pero eso es lo que sucede. Los individuos con egos débiles no tienen un suficiente sentido de sí mismos como para observar su ego, trabajar con él, y empezar a desidentificarse de él. Su auto-conciencia es tan frágil que resulta imposible seguir adelante con un verdadero trabajo espiritual hasta que hayan construido un fundamento interno más sólido. El acto de desidentificarse del propio ego exige una gran fuerza, poder y claridad; por tanto, es muy importante tener un ego fuerte para que empiece a perder su dominio. Un ego fuerte y capaz exige una cantidad similar de fuerza para hacer que se entregue, pero resulta de mayor valor para la fuerza de la vida a la que se somete, pues puede emplearse como un servidor eficiente de esa fuerza.

El valor del ego

El mismo ego contra el que tan vehementemente combaten los aspirantes espirituales es el ego que les permite sobrevivir y funcionar de la manera más básica, que les conduce al camino espiritual y que más tarde les ayuda a atravesarlo. El

ego es lo que nos mantiene enraizados en este mundo, lo que mantiene nuestras mentes espirituales conectadas a la tierra y nuestros pies en el suelo. De otro modo, seríamos cuerpos celestiales flotando libremente y ni siquiera habría la posibilidad de liberación en *este* mundo, en *esta* vida. Llewelyn Vaughan-Lee insiste en ello:

> Tienes que vivir con un ego, de otro modo no puedes funcionar en este mundo. En los estados en los que no hay un ego, yo soy tú y tú eres yo, y soy también el suelo, pues hay un estado de unidad. Vas al banco y olvidas tu nombre, pues no sabes quién eres, ya que también eres la persona del banco. No se puede funcionar sin un ego. Hay muchas personas que han tenido experiencias espirituales y después no saben funcionar. Empiezan a dar vueltas en una especie de nube espiritual.

Otra valiosa función de un ego sólido es asistir al individuo para que viva una vida de madurez, integración y confianza. Sólo esto constituye ya una tarea nada pequeña. En su autobiografía, *Recuerdos, sueños y pensamientos*, Carl Jung comparte la siguiente realización acerca del valor de un ego fuerte como base para el desarrollo espiritual posterior.

> Sólo después de la enfermedad comprendí lo importante que es afirmar el propio destino. De ese modo, forjamos un ego que no se desmorona cuando suceden cosas incomprensibles; un ego que soporta, que soporta la verdad y que es capaz de habérselas con el mundo y con el destino. Entonces, experimentar fracasos es también experimentar la victoria. Nada resulta perturbado (ni interior ni exteriormente), pues la propia continuidad ha resistido la corriente de la vida y del tiempo. Pero esto sólo llega a suceder cuando uno no interfiere inquisitivamente en las operaciones del destino.[2]

2. Carl G. Jung. *Recuerdos, sueños y pensamientos.* Barcelona: Seix Barral, 1966.

En términos de la vida espiritual, el ego paradójicamente puede ser útil para ayudar al aspirante a manejar y asimilar las distintas experiencias "carentes de ego" que tanto desea. Es el ego fuerte el que provee la base y el contexto para manejar tales experiencias.

Un primer valor de la práctica espiritual en lo que respecta al ego es que la práctica fortalece al ego y lo entrena de manera eficiente para que se ponga al servicio de la iluminación, en lugar de ser un obstáculo para ésta. El ego es un mecanismo casi incomparable en su inteligencia y su complejidad, tan sólo superado por la Verdad, Dios o la Iluminación. Así pues, con el tiempo y el esfuerzo de la práctica espiritual, es posible, primero hacer que el ego deje de interferir con el desarrollo espiritual, y más tarde enseñarle a ayudar realmente en el proceso de decontruirse a sí mismo. El hecho de que el ego pueda ser entrenado para asistir al individuo en su propio destronamiento es un milagro asombroso y poco apreciado.

Los pocos que llegan a conocer al ego tan bien que pueden hacerse amigos suyos pueden aprender a utilizar lo que eran antes reacciones neuróticas y ponerlas al servicio de la iluminación. Por ejemplo, el ego que es ambicioso con el dinero, las posesiones y la fama puede convertirse en ambicioso de Dios, nunca satisfecho con algo que sea inferior al potencial más elevado para la realización de Dios; el ego necesitado puede convertirse en fuente de un tremendo anhelo de Verdad, profundo en su invocación de lo que considera posible; el ego orgulloso puede convertirse en orgulloso no de sí mismo, sino de la majestad de la Verdad y la maravilla de las grandes enseñanzas.

El objetivo no es matar al ego. No sólo porque de todas maneras nunca morirá, sino porque también forma parte de nuestra constitución. Estamos aprendiendo a vivir *con* ego. Estamos trabajando para obtener el dominio de su funcionamiento y así no ser dominados por su genio. Queremos ha-

cernos amigos del ego, conocerlo tal como es (con todo su horror y toda su gloria), para poder poco a poco hallar en nosotros aquello que no es el ego e identificarnos con ello, para poder percibir lo que surge desde más allá del funcionamiento egoico.

5. LAS EXPERIENCIAS MÍSTICAS Y SU RELACIÓN CON LA ILUMINACIÓN

> Nuestra conciencia de vigilia habitual, la conciencia racional como suele llamarse, no es más que un tipo especial de conciencia, mientras que separadas de ella por una fina capa, existen formas potenciales de conciencia completamente diferentes. Podemos pasar por la vida sin sospechar su existencia; pero apliquemos los estímulos necesarios y con un simple toque aparecen en toda su plenitud.[1]
>
> WILLIAM JAMES

El campo de las experiencias y los fenómenos místicos constituye el objeto de muchos volúmenes de literatura. Los seres humanos han experimentado estados místicos desde el primer día de la vida humana, en todas las culturas, tanto en el interior de las tradiciones espirituales como independientemente de ellas. Generalmente, no percibimos más que una fracción de la Realidad que existe dentro de nosotros y a nues-

1. William James. *Spiritual Emergency*. Los Ángeles, California: Jeremy P. Tarcher, 1989, pág. 109.

tro alrededor. La Realidad es muy amplia, y no resulta sorprendente que individuos ordinarios, aparentemente "no-espirituales" experimenten de manera regular tales fenómenos.

Ahora bien, en una época de perversión espiritual como ésta en la que nos encontramos y en un momento en que no existe un contexto cultural apropiado ni educación alguna sobre espiritualidad y misticismo, las experiencias psíquicas se malinterpretan con mucha frecuencia y se extraen conclusiones que son subjetivas e incorrectas. Una de las conclusiones más frecuentes e incorrectas que suelen extraerse a partir de estas experiencias es que se identifican con la propia iluminación.

Variedades de experiencias místicas

Vamos a presentar unos cuantos tipos de experiencias místicas para ofrecer al lector una visión de conjunto mínima con el fin de entender cómo y por qué se malinterpretan tan frecuentemente y a menudo conducen a proclamar prematuramente la iluminación.

Kundalini

En su obra clásica, *Los chakras*, publicada originalmente en 1927, C.W. Leadbeater describe la *kundalini* de este modo:

> *Kundalini* se describe como una *devi* o diosa luminosa como el rayo, que yace dormida en el *chakra* raíz, enrollado como una serpiente... El objetivo de los yoguis es despertar la parte dormida de *kundalini* y hacer que ascienda gradualmente por el *sushumnâ*.[2]

2. C.W. Leadbeater. *Los chakras*. Buenos Aires: Kier, 1944.

"Kundalini" es otro de los términos que se pronuncian casi tal fácilmente como "amor" o "iluminación". Pocos saben lo que es en realidad, y todavía menos saben cómo utilizarla adecuadamente. Muchos neófitos espirituales creen que cualquier sensación fuerte en el cuerpo es la *kundalini*, incluso alardean de tener experiencias de *kundalini* muy fuertes.

Kundalini existe, ciertamente, en todos y cada uno. Constituye una fuerza muy real, localizada en la base de la columna vertebral. Aunque a veces *kundalini* se activa debido a una *sadhana* espiritual intensa o a través de un maestro espiritual, aparentemente puede elevarse también al azar. Se puede trabajar con ella deliberadamente bajo la guía de un maestro espiritual o puede dejársele circular a través del cuerpo, a su aire. En este último caso, si el individuo no sabe cómo relacionarse con ella, la activación y circulación de esta poderosa energía puede provocar daños físicos o crisis mentales.

Mucha gente experimenta la *kundalini* sin saberlo. A veces se siente como una poderosa corriente que sube por la columna vertebral, pero hay manifestaciones mucho más sutiles que resultan imperceptibles al observador no entrenado.

Corporal/sensorial

Para la mayoría de la gente, la expresión de lo Divino o lo Infinito tiene lugar dentro del cuerpo. Las experiencias extracorpóreas y los viajes astrales ciertamente existen, pero habitualmente las experiencias místicas se manifiestan a través del cuerpo y sus sentidos (tanto los burdos como los sutiles). Puesto que lo Divino o lo Infinito es, por definición, ilimitado, así lo son también la multitud de sus expresiones.

Ejemplos de experiencias corpóreas, basadas en los sentidos, incluyen: oleadas de energía a través del cuerpo –a veces suaves y a veces tan intensas que el individuo no puede dormir ni comer–; temblores, estremecimientos, sensaciones de calor o frío extremos independientes de las condiciones am-

bientales; cambios involuntarios en los patrones respiratorios; audición de sonidos que otros no escuchan; sabores y olores que surgen sin ningún estímulo aparente; la experiencia de ser tocado físicamente (de manera violenta o delicada), aunque nadie esté tocándote. Las experiencias místicas a menudo se expresan a través de visiones: luces brillantes que pueden irrumpir en la visión interna o externa; dioses, diosas o divinidades que aparecen; alucinaciones terroríficas, distorsiones visuales; etc. Tales experiencias sensoriales poseen una infinita variedad de expresiones y son más frecuentes de lo que a menudo se cree.

Dicha/éxtasis

Muchos individuos informan de experiencias de dicha o éxtasis. También en este caso podría decirse que se percibe a través de los sentidos, pero la percepción ocurre generalmente a través de sentidos sutiles, no ordinarios (a diferencia de los cinco sentidos habituales). A veces la gente describe haber sido "bañada" por una sensación de éxtasis o "transportada" por un rapto. Describen la dicha como una conciencia sencilla, dulce y humilde que surge en su interior.

Comprensión intuitiva/claridad

Las experiencias místicas pueden llegar en forma de súbita comprensión intuitiva o de claridad. La naturaleza de la realidad se torna evidente. La verdad resulta obvia. La vida es simple, clara, sin complicaciones. La ilusión, el mundo dualista, se disipa. Unas veces tales experiencias brotan de una meditación profunda, otras veces aparecen después de un período de pena o de pérdida, y otras surgen aparentemente de la nada. La mayoría de las veces se esfuman rápidamente. Ocasionalmente estos intensos estados se mantienen durante un período más largo de tiempo y la gente los confunde con la iluminación.

Entrega

Algunas experiencias y fenómenos místicos proceden de una completa entrega de uno mismo a una realidad más grande que el yo separado (sea Dios, un gurú o un poder superior). El flujo de energía que se absorbe cuando uno se abandona a una fuerza más grande puede expresarse en múltiples manifestaciones, muchas de las cuales han sido consideradas anteriormente en este capítulo. En una entrevista con la maestra sufí Irina Tweedie, dirigida por Andrew Cohen, la señora Tweedie realiza una distinción entre los poderes adquiridos a través del yoga y los que advienen a través de la entrega:

> Hay poderes yóguicos y poderes divinos... Exteriormente parecen iguales, pero los que se adquieren con el propio esfuerzo, los poderes yóguicos constituyen una historia muy distinta a la de los poderes divinos que se reciben al entregarse. Si se adquieren con el poder del yoga siempre queda algún vestigio de ego.[3]

El influjo de energía que procede de la entrega puede ser desbordante para algunas personas. Igual que sucede con la *kundalini*, la energía de la entrega es mucho más segura y más útil cuando el individuo trabaja bajo la guía de alguien que posee una clara comprensión de cómo manejar esa energía.

Diferentes ámbitos de conciencia

Muchos individuos son capaces de acceder a diferentes ámbitos de conciencia. Con frecuencia hay experiencias de contactos con ángeles, de canalizaciones, de sueños que poseen una cualidad particularmente "real" y vívida, etc. Éste es el objetivo de buena parte del trabajo chamánico, la búsqueda de visiones, visualizaciones, etc.

3. Irina Tweedi, «A Sufi Should never Give a Bad Example», *What is Enlightenment?* I, n.° 1 (enero, 1992), pág. 9.

Es importante tener en cuenta que el que alguien crea que ha encontrado un ángel, canalizado a un ser superior o viajado por el plano astral, no significa que necesariamente sea así. Tales ámbitos son muy reales, pero pueden también ser fácilmente imaginados y creados. También estas experiencias pueden ser interpretadas como si fuesen la iluminación, y a veces se buscan como si se tratase de la perla de valor incalculable, aunque lo más frecuente es que surjan en el campo de la dualidad y no tienen nada que ver con la iluminación.

Experiencias del submundo

La mayoría de la gente no tiende a pensar en las experiencias "oscuras", "terroríficas" o "fragmentadoras" que se originan en el submundo como "místicas", y sin embargo a menudo son eso. Las alucinaciones estremecedoras, los estados de terror, el dolor profundo y devastador, son formas de estados alterados de conciencia. Son sólo nuestros estereotipos y fantasías los que nos dicen que las experiencias místicas son todas brillantes, gozosas y extáticas. Esas experiencias de los mundos inferiores a menudo van acompañadas de notables cambios en la experiencia del propio cuerpo y pueden producir importantes estados de claridad. Pueden ofrecer una comprensión profunda del sufrimiento, la impermanencia y la muerte, entre otras cosas. El hecho es que esos encuentros con los mundos inferiores y las experiencias de dolor y sufrimiento de la humanidad no son tan diferentes de otras formas de experiencia mística.

Oración

Aquellos cuya práctica es la oración, o incluso aquellos que oran ocasionalmente o quienes son conducidos a la plegaria a causa de circunstancias intensas y súbitas, pueden encontrarse en estados alterados de conciencia. A veces se trata de un estado de humildad (lo cual es muy místico para los individuos que de otro modo son arrogantes), en otras ocasio-

nes se altera la percepción de uno mismo, otras uno se convierte en nada frente al objeto de su plegaria. El verdadero orar, para quienes viven una existencia mundana, a menudo crea un profundo estado de apertura y conexión.

Experiencias inducidas por drogas

La ingesta de drogas psicoactivas (mescalina, LSD, psilocibina, éxtasis) es un modo habitual y fácil de inducir experiencias y fenómenos místicos. Si bien cada droga funciona de una manera particular, el efecto común es que alteran la química del cuerpo-mente de tal modo que se puede acceder a estados de conciencia, ámbitos de la realidad, verdades, visiones, *satoris*, etc., que normalmente resultan inaccesibles.

Hay una gran variedad tanto en el tipo de experiencia como en la profundidad que cada droga produce. Algunas experiencias se hallan meramente en el ámbito psicológico, mientras que otras van más allá de la psique hasta el ámbito no-dualista. No obstante, las visiones y las alucinaciones no son lo mismo que la iluminación.

La experiencia mística como efecto colateral

A medida que las energías invocadas por la práctica espiritual o accesibles de manera azarosa circulan a través de los múltiples niveles de la psique, se producen procesos químicos que dan como resultado una variedad de manifestaciones, algunas de las cuales caen en la categoría de experiencia o fenómeno místico.

Tales experiencias pueden surgir como efecto colateral de un proceso transformador profundo subyacente que acaece en el interior de un individuo. Robert Ennis señala: «Hay experiencias místicas que manifiestan una transformación que ha ocurrido ya. Cuando la gente está preparada tiene ciertas experiencias, pero éstas son como la guinda en el pastel. Tener la experiencia no crea el pastel».

La experiencia mística como parte natural de la vida

Las experiencias místicas constituyen parte del crecimiento y el desarrollo humano, el gran sendero evolutivo que todos estamos hollando. Cuando la gente no reconoce la naturalidad de estos fenómenos, extrae todo tipo de conclusiones acerca de ellos. A menudo concluyen que ellos son especiales por haber tenido tales experiencias, pero no es infrecuente que una persona se sienta alienada y desconcertada, o incluso fragmentada por ellas. Como vivimos en una cultura en la que la gente está tan desconectada de sus sentidos místicos, se cree que esas experiencias son signos de algo extraordinario o algo anormal.

En muchas culturas, las experiencias místicas se consideran parte normal de la vida cotidiana. Las visiones y los sueños se comentan después del desayuno o se comparten libremente entre los amigos. En algunos grupos indígenas tradicionales, los adolescentes eran enviados regularmente en busca de visiones, y como resultado de las austeridades realizadas mediante ayunos, meditación, privación del sueño, acceden a ámbitos místicos como parte de su iniciación a la vida adulta.

Estas experiencias están disponibles también para los no-indígenas, ya que en lo que respecta a la humanidad básica todos somos iguales. Pero cuando no hay antecedentes culturales ni educación sobre ello, tienden a manifestarse en menos ocasiones. Cuando suceden, la gente a menudo extrae conclusiones muy poco naturales sobre este fenómeno tan natural.

La confusión de las experiencias místicas con la iluminación

Los momentos de unificación y éxtasis no son la iluminación. Si lo fueran, casi todo el mundo estaría iluminado, pues casi todo el mundo ha tenido experiencias de ese tipo. Inter-

pretar esos estados alterados de conciencia como si fuesen la iluminación indica que se parte de una definición muy limitada del término. Georg Feuerstein afirma: «A menudo, la experiencia temporal de *unio mystica* o unificación extática se confunde con la iluminación».[4]

Gilles Farcet, autor, periodista e instructor en la escuela espiritual de Arnaud Desjardins, reflexiona sobre las similitudes entre la experiencia mística y el enamoramiento:

> La experiencia mística no se diferencia en nada del recordar cuando estuviste apasionadamente enamorado y gozaste de una cena a la luz de unas velas con la persona amada y recordar lo maravilloso que fue cuando hicisteis el amor en la playa. Cuando se acaba, no es más que un recuerdo agradable. Para continuar con esta comparación, el haber disfrutado de esa maravillosa cena, de hacer el amor con tal apertura y de ser capaz de sentir tal comunión con otro ser humano durante un tiempo, generalmente no evita que tú, siendo la misma persona, más tarde te enfades con ella e incluso sientas resentimiento hacia ella y digas cosas horribles a la persona que anteriormente tanto habías amado. Así pues, las experiencias no significan nada en lo que respecta a tu verdadera capacidad de amar. Análogamente, una experiencia mística es sólo una experiencia, pero lo que podríamos llamar "despertar" o "iluminación" es independiente. No es algo que va y viene.

La analogía de Farcet es útil, pues resulta asequible a la mayoría de la gente. Todo el que ha pasado por una relación duradera probablemente conoce la diferencia entre enamorarse y amar. Para la mayoría de la gente, enamorarse es la parte fácil, como lo es el tener una experiencia mística. A veces, este "enamorarse" se esfuma hasta tal punto que parece que

4. Georg Feuerstein. *Holy Madness*. N. Y.: Parangon House, 1990, pág. 138.

haya desaparecido. Esto es comparable a alguien que piense que ha perdido la iluminación que una vez tuvo.

Quienes han persistido con diligencia en la relación amorosa saben que cuando la experiencia del enamoramiento se difumina, entonces comienza el trabajo del amor, y que con el paso del tiempo y mucho esfuerzo puede surgir una condición de amor (un contexto de amor.) Este contexto de amor no depende de experiencias momentáneas de unión y éxtasis cósmico. El amor simplemente es.

Charles Tart: la diferencia entre estar en un buen estado de ánimo y ser una buena persona

¿Cuál es la diferencia entre estar en un buen estado de ánimo y ser una buena persona? Todo el mundo goza de buenos estados de ánimo en algún momento, cuando sus emociones adoptan determinadas configuraciones. Y pueden ser muy amables cuando se hallan en un buen estado de ánimo. Cuando uno se siente bien, tiende a tratar a los otros amablemente. Pero eso no es lo mismo que hallarse permanentemente inclinado a tener un buen estado de ánimo. Conozco mucha gente que puede tener experiencias místicas relativamente superficiales o relativamente profundas. Puede cambiarles temporalmente, pero luego se esfuma, porque no forma parte de su ser. Gurdjieff hablaba de la diferencia entre un estado de conciencia y un estado de ser. Un estado de conciencia es relativamente transitorio. Se entra en él, se está allí durante un momento y se sale. Pero un estado de ser se refiere a cambios mucho más duraderos.

La confusión entre fenómenos psíquicos y la iluminación

Cuando se entiende que hay una distinción entre las experiencias místicas y la iluminación y que la iluminación no puede tener lugar en el contexto de la dualidad, se torna evidente que las experiencias psíquicas extraordinarias pueden no tener nada que ver con la realización espiritual. En *El despertar del zen en Occidente*, el Roshi Kapleau cuenta la siguiente historia de un profesor americano que encontró en Japón:

> Este profesor había ido a la India para buscar un maestro iluminado. Un día, en su búsqueda de este elusivo gurú se encontró con una multitud en un pequeño pueblo. Dirigiéndose hacia el centro vio a un indio de apariencia ordinaria ofreciendo una demostración de poderes psíquicos. Al ver al americano, el psíquico comenzó a decirle cosas acerca de su vida, de sí mismo, su esposa y sus hijos, cosas que no podría haber sabido previamente. Era la primera experiencia directa del profesor con la percepción extrasensorial y terminó asombrado. También sucedió otra cosa. El psíquico no aceptó un donativo del profesor, a diferencia de lo que sucedía con otros a quienes había hecho una "lectura" de su vida. Después de la demostración, el psíquico llamó al profesor aparte y le dijo lo siguiente:
>
> –¿No ha venido a la India a buscar la autorrealización?
>
> –Sí.
>
> –Usted es diferente de la mayoría de los extranjeros que he encontrado en la India, así que permítame que le dé algunos sinceros consejos. Usted quedó impresionado por mi poder de conocer su pasado y su presente, pero para mí esto no es nada importante. He tenido estos *siddhis* (poderes psíquicos) desde que era niño, y antes que yo, mi padre ya los tenía. Créame si le digo que cuando yo era joven tuve profundas aspiraciones religiosas como usted. Pero como la gente venía a mí para que leyera sus vidas (y mi padre me animaba

> a usar mis poderes para ayudar a mantener a nuestra extensa y pobre familia), mi anhelo de liberación espiritual quedó en el camino. Ahora soy un anciano y a pesar de mis intuiciones psíquicas naturales no me hallo más cerca de la Autorrealización que hace cuarenta y cinco años. En la India hallará muchas personas psíquicas que se presentan como santos, pero no debe dejarse engañar por ellos. La persona psíquica simplemente ha estado en contacto con las manifestaciones sutiles de la presencia de Dios. El santo ha visto a Dios mismo.[5]

El valor de esta historia se halla en que procede de alguien que, a partir de su propia experiencia vital, comprende verdaderamente los peligros de ser seducido por los poderes psíquicos.

Si uno cree que la fantasía de que la iluminación otorga al individuo especiales poderes o *siddhis*, entonces el surgimiento de tales poderes y capacidades en uno mismo probablemente llevará a la errónea presunción de la propia iluminación. Sensei Danan Henry dice:

> ¿Comprenden que las experiencias extracorpóreas, la psicología paranormal y los fenómenos psíquicos no tienen absolutamente nada que ver con la investigación y la realización espiritual, cuyo propósito es descubrir lo que es y lo que uno mismo es? Tales fenómenos son subproductos de los ejercicios espirituales. Si se concentran firmemente para estabilizar la mente con el fin de realizar lo que son en su identidad más íntima y poder vivir en esa clara comprensión para beneficio no sólo propio, sino de todo un extraño planeta, experimentarán tales cosas porque a medida que los niveles superiores de la mente se aquietan, comenzarán a tener acceso a todo tipo de actividades mentales de las que habitualmente no son conscientes. Pero si se identifican con alguna de esas actividades, su viaje se detendrá.

5. Roshi Kapleau. *El despertar del zen en Occidente.* Barcelona: Kairós, 1981.

Todo el mundo experimenta fenómenos psíquicos, pero la mayoría de la gente los menosprecia atribuyéndolos a coincidencias. Cada vez que recibimos una llamada telefónica de alguien en quien estábamos pensando, o recibimos una carta de alguien a quien pensábamos escribir, hemos tenido una experiencia psíquica que en esencia no es diferente de la descrita antes por Sensei Danan.

Para quienes conocen la verdadera espiritualidad, incluso el andar sobre las aguas es algo que no impresiona. Ellos comprenden que quedar fascinados por tales seducciones supone alejarse del verdadero camino espiritual. Aunque las capacidades psíquicas no son "malas" o "dañinas" en sí mismas, e incluso en ocasiones pueden ser útiles, deben considerarse con cuidado y usarlas con gran precaución. Hay que preguntarse constantemente por las motivaciones que uno tiene para emplearlas y cualquier conclusión que pueda estar tentado de extraer acerca de uno mismo como resultado de tenerlas. Es demasiado fácil pensar que uno es extraordinario o importante sólo por haber tenido tales experiencias.

6. PERSPECTIVAS SOBRE EL VALOR DE LA EXPERIENCIA MÍSTICA

> Hay algunas [voces y visiones] experimentadas por mentes de gran poder y riqueza que resultan cruciales para quienes las tienen. Aportan sabiduría a la persona sencilla e ignorante y calma repentina a los que se hallan atormentados por dudas. Inundan la personalidad con una nueva luz; van acompañadas de una conversión o del paso de un estado espiritual a otro; llegan en momentos de indecisión, trayendo órdenes con autoridad o consejos opuestos a las inclinaciones del yo; confieren un conocimiento cierto de algún aspecto de la vida espiritual que antes resultaba desconocido.[1]
>
> EVELYN UNDERHILL

Las experiencias místicas pueden tener un gran valor para los individuos, si se relacionan correctamente con ellas. Brillan como luces de inspiración en un camino que a menudo

1. Evelyn Underhill. *Mysticism*. Londres: Lower & Brydone, 1967, pág. 269.

es difícil de ver. Pero el hecho de que estas experiencias sean brillantes al ojo y radiantes a los sentidos no implica necesariamente que en sí mismas y por sí mismas transformen al individuo.

El valor de las experiencias místicas

La gente encuentra inspiración en las experiencias místicas. Para quienes viven existencias ordinarias, alejados del camino espiritual, las experiencias místicas pueden destacar como los momentos cumbres de la propia vida; y para quien recorre el sendero espiritual pueden ser la fuente de la fe que anima su viaje. Si se utilizan adecuadamente, tales experiencias pueden proporcionar solaz y dulzura en el curso amenazante de la vida.

Las experiencias espirituales ofrecen un incentivo a través del sabor de una realidad más amplia

Quizás la visión más ampliamente compartida acerca del valor de las experiencias místicas es que abren las puertas a una posibilidad más grande, creando un incentivo para embarcarse en el camino espiritual. La mayoría de la gente ha sido educada en una cultura carente de verdadera espiritualidad. Al comienzo, una experiencia mística puede ofrecer el sentido de asombro e iluminación que motiva e inspira a un individuo para que progrese.

Es interesante, no obstante, que para mucha gente –especialmente aquellos que pertenecen a tradiciones espirituales que no enfatizan la importancia de las experiencias místicas como signo de progreso– las poderosas experiencias que frecuentemente suceden al comienzo de la entrada en el sendero espiritual sólo sean reconocidas mucho tiempo más tarde. Arnaud Desjardins observa:

> A veces, en el comienzo mismo del camino hay experiencias extraordinarias que no volverán a producirse durante años. He visto cómo cuando uno intenta meditar por primera vez, cuando uno nunca se ha sentado con la atención vuelta hacia el interior, en ocasiones, el primer día resulta inolvidable. Y luego no vuelve a suceder durante meses o años.

Cuando uno no puede presumir de conocer el plan divino, quizás *necesita* tales experiencias al comienzo del camino espiritual. Al igual que la experiencia del enamoramiento evoca un sentido de aprecio genuino del amor y del otro hasta el punto de inspirar el compromiso necesario para crear una vida de amor e intimidad auténticos, así las experiencias místicas crean un sentido de asombro y de urgencia respecto al compromiso con el camino espiritual. Una vez comprometidos, los individuos están dispuestos a pagar el precio y realizar el trabajo necesario para descubrir la verdadera vida espiritual.

Las experiencias espirituales crean la fe y la restablecen

Mucha gente nunca ha vislumbrado a Dios o la Verdad. Cuando esto sucede, si reconocen la validez de su percepción, durante mucho tiempo olvidada o quizás nunca antes sentida, puede surgir la fe en ellos. De tales experiencias, san Juan de la Cruz dice: «La dulzura del profundo deleite de estos toques de Dios es tal que uno de ellos es más que suficiente para recompensar todos los sufrimientos de esta vida, por grandes que hayan sido».[2]

La fe constituye un gran regalo entre las luchas y los sufrimientos de la vida diaria. Si las experiencias místicas otorgan fe, su calor es completo. El camino espiritual sería un

2. San Juan de la Cruz. *The Ascent of Mount Carmel: Zen and Zen Classics*. Nueva York: Vintage Books, 1978, pág. 73.

sendero desolador –con las dificultades y los sufrimientos que lo impregnan– si no fuera por tales vislumbres efímeras, pequeñas señales que reafirman nuestra idea de que existe una realidad más grande.

Las experiencias espirituales dejan impresiones en el inconsciente, impresiones de las que uno pasa a ser responsable

Las experiencias espirituales dejan una huella mnemónica o una impresión en el inconsciente. Es como si "despertaran" temporalmente al individuo, recordándole un conocimiento hace mucho tiempo olvidado pero que reside en su interior. Tales memorias pueden crear grandes dificultades en los estudiantes espirituales, pues muchos se aferran a ellas e intentan forzar su permanencia. No obstante, para otros, la impresión y el recuerdo de una experiencia mística puede volver una y otra vez y servir de inspiración.

En *El libro de los maestros iluminados*, Andrew Rawlinson ilustra este punto narrando una conversación entre G.I. Gurdjieff y su alumno J.G. Bennet.

> Después de comentar con Gurdjieff una experiencia muy intensa que había tenido Bennet, aquél dijo: «Lo que ha recibido hoy es un aperitivo de lo que puede usted degustar. Hasta ahora, usted sólo conocía estas cosas teóricamente, pero ahora tiene la experiencia. Cuando alguien ha tenido la experiencia de la Realidad es responsable de lo que hace con su vida» (Witnees, 117).

Por supuesto, la mayoría de la gente que tiene tales experiencias no se responsabiliza plenamente de ellas de manera inmediata. En algunos casos, la responsabilidad supone una carga demasiado pesada para el individuo. Por tanto, la ocultan en su memoria y dejan de lado la experiencia y su verdad.

No obstante, en otros casos, las experiencias son digeridas e integradas y producen un impacto duradero en las vidas de quienes han gozado de ellas.

¿Son las experiencias místicas inherentemente transformadoras?

Decir que una experiencia es inherentemente transformadora sugiere que puede crear un cambio objetivo por sí misma y que lo produce. Las tradiciones espirituales generalmente comparten una de las dos siguientes posturas al respecto. La escuela trascendente de pensamiento sugiere que es muy importante tener experiencias de iluminación para trascender el pequeño ego, mientras que la escuela "inmanente" adopta la perspectiva opuesta. Afirma que la iluminación se expresa en la vida diaria y no se relaciona necesariamente con ningún conjunto determinado de experiencias.

La mayoría de los maestros espirituales incluidos en este libro se inclinan más hacia la escuela inmanente de pensamiento que hacia la trascendente. En sus años de experiencia, han observado cómo muchos estudiantes pasaban por miles de experiencias sin que necesariamente transformaran sus vidas.

No obstante, en el seno del enfoque inmanente, se dan al menos tres perspectivas diferentes acerca del valor de las experiencias místicas: algunos maestros dicen que tales experiencias tienen muy poco valor o ninguno y que son más peligrosas que beneficiosas; otros sugieren que son neutrales –experiencias como otras cualesquiera– y no poseen un significado especial; y todavía hay otros que dicen que su valor transformador depende completamente de cómo el individuo se relaciona con ellas.

Bernadette Roberts, autora de varios libros sobre espiritualidad, es especialmente cauta en lo que respecta a tales ex-

periencias, no tanto por sí mismas, sino por lo que los seres humanos hacen con ellas:

> ... Puesto que esas experiencias no añaden nada al estado unitivo, no sirven ningún propósito auténtico en nuestra vida espiritual. No las necesitemos, no las deseemos ni nos aferremos a ellas; sobre todo tenemos que estar atentos no sea que se conviertan en algo que sirva a nuestro ego en lugar de servir a Dios. Hemos llegado demasiado lejos como para estar apegados a nuestras "experiencias". Con lo que tiene que ver la vida unitiva es, ante todo, con el vivir día a día, y no tanto con efímeras experiencias celestiales o beatíficas, por maravillosas que éstas puedan ser.[3]

La mayoría de la gente actualmente en vida ha tenido algún tipo de experiencia mística, no obstante, la mayor parte sigue sin transformar en cualquier sentido significativo. Por tanto, parece que lo que otorga valor transformador a una experiencia no es el significado que le damos ni cómo intentamos controlarla o manipularla, sino cómo nos relacionamos con ella. La mejor manera de relacionarnos con las experiencias místicas es utilizar las intuiciones que tales experiencias nos ofrecen para informar nuestra propia relación con la vida. La maestra zen Charlotte Joko Beck lo resume así:

> Actualmente, en muchas tradiciones religiosas, y especialmente en la tradición zen, se concede mucha importancia al tener lo que se llaman "aperturas" o experiencias de iluminación. Si son genuinas iluminan nuestro ser para que prestemos atención a lo que siempre está ahí: la verdadera naturaleza de la vida, la unidad fundamental. Lo que he descubierto (y sé que también muchos de vosotros lo habéis hecho) es que por sí solas no bastan. Pueden ser útiles, pero si

3. Bernadette Roberts. *What is Self?* Austin, Texas: Mary Botsford Goens, 1989, págs. 34-35.

> nos quedamos colgados de ellas se convierten en una barrera... Lo que realmente importa es la práctica que tenemos que llevar a cabo instante a instante con aquello que parece hacernos daño, amenazarnos o disgustarnos (ya sean las dificultades con nuestros compañeros de trabajo, nuestra familia, nuestra pareja o cualquier otra persona). A menos que hayamos alcanzado en nuestra práctica el punto en que apenas reaccionamos, una experiencia de iluminación es bastante inútil.[4]

El considerar la posibilidad de poder obtener una visión penetrante de la condición humana sin la realización de lo que es verdaderamente humano y llevar una vida compasiva nos conduce de nuevo a la pregunta por lo que constituye la iluminación. ¿Es el penetrar en la naturaleza de la realidad, incluso manteniendo la visión, lo mismo que la iluminación? ¿El liberarse *uno mismo* constituye la liberación última? ¿O la verdadera iluminación va más allá de eso?

Marie-Pierre Chevrier dice que una experiencia mística es transformadora cuando va más allá de los deseos personales y accede al dominio de la entrega a aquello que se encuentra más allá de nosotros mismos.

> La experiencia mística es transformadora cuando la experiencia conduce a la entrega, de modo que lo que se hace sucede a través de nosotros, más que ser "nosotros" quienes lo hacemos. Esto no quiere decir que el haber pasado por ese tipo de experiencia implique que no hay ya niveles de resistencia y trabajo que realizar, pero después de tal experiencia persiste un sabor auténtico de lo que es la entrega.

En tanto que seres humanos nos entendemos como individuos separados que luchan para sobrevivir. Todo cuanto ocurre en nuestras vidas se interpreta como si fuera creado

4. Charlotte Joko Beck. *El zen de cada día.* México D. F.: DEMAC, 1993.

para nosotros y se refiriera a nosotros. Creemos que las experiencias místicas poseen valor si *nos* hacen sentir mejor, si implican un progreso *nuestro* en el camino espiritual, o si suponen que *nosotros* somos gente maravillosa porque las hemos tenido. Así es como el ego enmascarado percibe la realidad. A la mayoría de la gente ni siquiera se le ocurriría que las experiencias pueden tener su propio valor (independiente) y que pueden ser transformadoras en un sentido universal, alterando y cambiando fuerzas que no podemos ni imaginar. Si tales experiencias son transformadoras en sí mismas y por sí mismas, es problable que nunca sepamos cuál es su valor y es muy posible que su valor transformador escape a nuestras ideas autorreferenciales acerca de cómo la experiencia *nos* haría mejores.

Sacar provecho de las experiencias y los fenómenos místicos: dejar que sigan su camino

Se halla en la naturaleza de las experiencias y los fenómenos místicos el estar fuera del alcance de las experiencias humanas ordinarias y del control habitual, el escaparse de nuestras manos. La mayoría de las experiencias místicas surgen cuando la gente deja, aunque sea por un momento, de controlar sus vidas del modo habitual y permite que algo ajeno a su control entre en el campo de su experiencia. Ahora bien, resulta irónico que cuando tales experiencias se producen lo primero que tiende a hacer la gente es intentar controlarlas.

Sensei Danan Henry sugiere que deberíamos dejar de controlar nuestras experiencias y simplemente experimentarlas:

> La experiencia está ahí y usted la experimenta. Si usted está contento, experimente la felicidad, pero no la busque en

> su práctica espiritual. No lo persiga, no vaya tras ello, no se revuelque en ello, no trate de aferrarse a ello. Simplemente sea feliz. Que al cabo de un rato está triste, no pasa nada, está triste. Llore si hace falta. No lo niegue, no lo empuje, no se regodee en ello una y otra vez con todos sus pensamientos, sus ideas y sus justificaciones. Experiméntelo a fondo y siga con su vida. Su vida es aquello que está haciendo en este momento.

Convencidos de que están maximizando sus experiencias al controlarlas, los seres humanos con mucha frecuencia *cortocircuitan* no sólo la experiencia misma que proclaman que quieren sostener, sino que reprimen la plena expresión de *toda* experiencia. Si el individuo es capaz de dejar de usar toda su energía para controlar su experiencia, libera la energía y la atención necesarias para experimentar más profundamente, no éste o aquel tipo de vida, sino *la vida.*

Hay muchas cosas que ignoramos

A pesar de que sabemos muchas cosas acerca de las experiencias y los fenómenos místicos, la verdad es que hay mucho más que ignoramos. Lee Lozowick cuestiona la suposición frecuente de que la gente sabe qué es lo que crean las experiencias místicas y la iluminación:

> ¿Quién sabe si cualquier experiencia mística es algo más que una especie de encendido nervioso en el cerebro? Se golpea el nervio adecuado, se consigue la euforia buscada [...] ¿quién sabe? Ciertamente parece haber una categoría de experiencias que llamamos experiencias místicas que tienen que ver con la naturaleza unitiva de la realidad, y con la noción de la compasión y el servicio. Generalmente, es eso lo que pensamos al hablar de experiencias místicas. Pero po-

> dría no ser más que un canal nervioso en el cerebro. ¿Quién sabe? Pon el dedo en el enchufe adecuado y allá vas. De pronto, eres Dios.

Hay que ser humilde y darse cuenta de que, en realidad, no sabemos de dónde vienen las experiencias místicas y qué significan. Deberíamos estudiar las grandes tradiciones y aprender del territorio suficientemente recorrido por los grandes maestros; pero permaneciendo ante el gran misterio que está ocurriendo *realmente*, ¿quién puede, en última instancia, decir algo?

Parte II:

LOS PELIGROS DE LA EXPERIENCIA MÍSTICA

Quien juega a ser ángel termina haciendo el animal.[1]
BLAISE PASCAL

Las exaltadas experiencias descritas en las escrituras, la poesía de los santos describiendo el éxtasis de los raptos divinos y la unidad con el universo, las visiones y experiencias maravillosas que inspiran a buscar la Liberación última... cada una de esas experiencias puede ser un regalo de los dioses o incluso indicadores del despertar. Ahora bien, pueden ser igualmente el certificado de defunción del aspirante, tentando al ego para que proclame la experiencia como algo propio, evitando así cualquier valor transformador genuino. El ego es el Maestro de la Ilusión. Por ello, hay que dejar espacio a las experiencias místicas para que florezcan, al mismo tiempo que las vigilamos con toda precaución. Esta parte revela las ilusorias máscaras del ego y cómo éste se disfraza hábilmente en nombre de la verdadera iluminación y la auténtica liberación.

1. Blaise Pascal. *The Ascent to Truth*. Nueva York: The Viking Press, 1951, pág. 110.

7. LA EMERGENCIA ESPIRITUAL

Cuando los neófitos que carecen de la educación o la guía adecuada comienzan de manera ingenua y poco cuidadosa a buscar experiencias místicas, están jugando con fuego. Hay peligros físicos y psíquicos, así como riesgos en lo que respecta a la continuidad del desarrollo espiritual efectivo. Mientras que los maestros espirituales han estado advirtiendo a sus discípulos durante miles de años de los peligros que encierra el jugar con los estados místicos, la escena espiritual contemporánea es como una confitería en la que cualquier "turista" espiritual puede probar las "golosinas" que prometen una variedad de elevaciones místicas.

Las energías espirituales son fuerzas muy grandes. Cuando un individuo comienza a explorar este campo imagina que las experiencias místicas conducirán a la iluminación. Ahora bien, la iluminación estable es sólo uno de los muchos resultados posibles, y generalmente es producto de toda una vida de práctica espiritual disciplinada realizada bajo la supervisión de un maestro cualificado, no de destellos efímeros o de raptos pasajeros.

En su libro, *El poder curativo de las crisis,* obra pionera que catalizó la creación de la Red de Emergencia Espiri-

tual,[1] Stanislav y Christina Grof describen los tipos de emergencias espirituales más frecuentes, incluyendo crisis chamánicas, el despertar de la *kundalini*, comunicaciones con guías espirituales, "canalizaciones" y experiencias cercanas a la muerte.[2]

El psiquiatra italiano Roberto Assagioli explica por qué el flujo de fenómenos espirituales puede crear tales dificultades en los individuos:

> [En algunos casos] la personalidad es incapaz de asimilar adecuadamente el flujo de luz y de energía. Esto sucede, por ejemplo, cuando el intelecto no está bien coordinado y desarrollado; cuando las emociones y la imaginación están descontroladas; cuando el sistema nervioso es demasiado sensible; o cuando la infusión de energía espiritual es aplastante por su carácter súbito e intenso. La incapacidad de la mente para soportar la iluminación o una tendencia al egocentrismo o al engaño puede hacer que la experiencia se interprete de manera errónea y se produzca, por así decirlo, una "confusión de niveles".[3]

Al enfrentarse a un influjo tal de energía, un individuo que carece del contexto adecuado para permitir que la experiencia se integre puede sufrir una serie de consecuencias indeseables, incluyendo la combustión del cuerpo físico, una interpretación radicalmente errónea de la experiencia, inflación egoica o adicción espiritual.

1. La Red de Emergencia Espiritual (RES) [en inglés SEN, Spiritual Emergence Network] es una organización mundial que asiste a quienes atraviesan crisis espirituales, les ofrece información que les permite tener una nueva comprensión de sus procesos y les aconseja acerca de alternativas disponibles al tratamiento tradicional. Su teléfono es (415) 648-2610.
2. Stanislav y Christina Grof. *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Kairós, 1993.
3. Ibíd.

Combustión del cuerpo físico

Cualquiera que haya ido de compras, aunque sea ocasionalmente, al mercado espiritual, sabe que los artículos en venta incluyen "despertares de la *kundalini*", "aperturas tántricas", "viajes chamánicos", "búsqueda de visiones", etc. Lo que el comprador ingenuo no sabe es que estas prácticas pueden no ser seguras, si se carece de la adecuada supervisión. Aunque generalmente son inofensivas al nivel en que se enseñan (si bien rara vez producen los resultados que se pretende), existe la posibilidad de que entren fuerzas en el individuo para cuya asimilación carece de la base necesaria.

A diferencia de cómo se tratan a menudo, las potentes energías espirituales deberían considerarse sagradas y respetadas como extraordinariamente poderosas. Consciente de tales peligros, C.W. Leadbeater, en su libro *Los chakras,* avisa al practicante desprevenido del poder de la *kundalini*:

> En la persona ordinaria yace en la base de la columna, adormecida y sin que se sospeche su existencia durante toda la vida; y ciertamente es mejor permitir que siga dormida hasta que se haya producido un desarrollo moral suficiente, hasta que la voluntad sea suficientemente fuerte para controlarla y los pensamientos lo bastante puros para poder hacerle frente sin sufrir daños. Nadie debería experimentar con ella sin instrucciones específicas de un maestro que entienda completamente del tema, pues los peligros relacionados con ella son muy reales y terriblemente graves. Algunos son puramente físicos. Su movimiento incontrolado a menudo produce un dolor físico intenso y puede fácilmente desgarrar tejidos e incluso destruir la vida física. No obstante, éste es el menor de los males de que es capaz, pues puede provocar daños permanentes en vehículos superiores al físico.[4]

4. C.W. Leadbeater. *Los chakras.* Buenos Aires: Kier, 1944.

Advertencias como las de Leadbeater no se encuentran en los anuncios que ofrecen despertar la *kundalini* en un seminario de fin de semana. Si bien el experimentar con energías espirituales elevadas no suele suponer un peligro físico excesivo para el cuerpo, en ocasiones sucede, y el estar avisado de esta posibilidad debería alertar al buscador espiritual del calor del fuego con el que puede estar tentado de jugar.

Malinterpretar las experiencias espirituales

Cuando alguien con una actitud ingenua acerca de la naturaleza de las experiencias espirituales intenta encontrar ayuda en un entorno impregnado de la sospecha y el antagonismo dominantes hacia tales experiencias, puede terminar en circunstancias muy desfavorables. Christina Grof, quien en su trabajo con la Red de Emergencia Espiritual ha encontrado o escuchado numerosos casos de experiencias místicas que han sido malinterpretadas y mal manejadas, explica lo que ocurre:

> He escuchado una gran cantidad de historias de personas que han tenido estos tipos de experiencias en un contexto en que aquellos que les rodeaban no podían aceptarlo. Terminan en un hospital psiquiátrico y son tratados con drogas e intervenciones psiquiátricas que no son apropiadas. Una mujer en uno de nuestros grupos tuvo una experiencia de andar por la playa y ser consciente de algo mucho más grande que ella. Al llegar a casa se hallaba todavía en ese estado y la gente que le rodeaba se asustó. Estuvo varios años entrando y saliendo de hospitales psiquiátricos.
>
> Queremos estructuras y rótulos. Cuando se está en un estado así se es muy vulnerable. Si alguien llega y te dice que estás loco, hay una parte de ti que se lo cree, aunque para la mayoría de la gente que ha tenido ese tipo de experiencia, algo en su interior les dice: «Esto es importante».

Hay también todo tipo de aparentes enfermedades físicas que los médicos no saben identificar, que tienen los mismos síntomas que aquellos que se asocian con la *kundalini*. La mayoría de las veces, los médicos y los psicólogos tradicionales juzgan de manera errónea las experiencias espirituales como trastornos psicológicos, dado que no poseen el conocimiento necesario para distinguir entre síntomas físicos, psicológicos y espirituales.

Otro aspecto de la emergencia espiritual tiene que ver con aquellos –incluyendo a muchos artistas– que quedan tan horrorizados por su repentina visión de la Realidad que se vuelven alcohólicos o que suprimen completamente la experiencia. Simplemente, resulta insoportable. Estas personas asumen que han gozado de la visión última de la realidad y se creen incapaces de manejarla. En lugar de buscar una guía espiritual eficaz que les asista a lo largo de su lucha, huyen de la intensidad de sus experiencias mediante algún desvío o alguna adicción. Es difícil mirar de frente la realidad, pero huir despavorido no resuelve el problema.

Adicción espiritual

La adicción espiritual es igual que cualquier otra adicción, como la obsesión por las drogas, el alcohol o la comida, sólo que en este caso el objeto del deseo es la práctica espiritual y la experiencia mística. «Hay gente que tiene acceso directo a la experiencia mística sin haber hecho un trabajo preparatorio –explica Marie-Pierre Chevrier–. El peligro es que este tipo de experiencia puede utilizarse como una huida de sí mismo y de la realidad cotidiana. De hecho, incluso sin acceder a las experiencias místicas directas, la gente utiliza la práctica espiritual como una huida de la realidad.»

La adicción espiritual se convierte en una emergencia cuando el individuo llega tan lejos o se halla tan necesitado de su

"enganche" que llega a ser irresponsable de su propia vida y/o engaña a otros. Cuando Christina Grof aceptó ingresar en un centro de tratamiento de alcoholismo y drogadicción al darse cuenta de que se había convertido en una alcohólica en su esfuerzo por escapar del terror de las intensas experiencias espirituales que estaba teniendo, al comienzo creyó que había adquirido una forma de adicción "superior" a otras en el programa de rehabilitación: «Yo era espiritualmente grandiosa. Era alguien que había hecho esto y aquello, y pensé que no era como las prostitutas y los heroinómanos. Más tarde me di cuenta de que éramos exactamente igual y que quizás el adicto a la heroína y la prostituta tenían mucho que enseñarme en ese sentido».

La gente se vuelve adicta espiritual por las mismas razones que se vuelven adictos a cualquier otra sustancia. Sufren, están heridos y buscan salir de su sufrimiento –en lugar de pasar a través de él–. Grof comenta:

> Una de las cosas que he visto mucho al hablar con la gente que tiene una historia traumática es que con frecuencia viven en el ámbito espiritual, transpersonal. De niños aprendieron que cuando sufren pueden ir a algún sitio. Pueden ir a un "lugar a salvo" en el que hay seres que les sostienen, tienen cuidado de ellos y les ayudan en lo que están pasando.

Incluso la gente que no tiene historias especialmente traumáticas vive también en el mismo sufrimiento que el resto de la humanidad, pero a menudo negándolo de manera radical. Cuando descubren los goces y los éxtasis de que pueden disfrutar a través de las distintas tecnologías y prácticas calificadas de "espirituales" (y mal calificadas así, muchas veces), su negación encuentra un disfraz todavía más sofisticado para continuar su negación de la realidad. En la experiencia de *kundalini*, Lee Sanella articula este difícil fenómeno:

> La mayoría de la gente está "afectivamente colapsada". Dudan de Dios, de los otros y de sí mismos. Su sentimiento de ser se halla atrofiado. En su infelicidad, buscan interminablemente modos de sentirse mejor. Si no pueden consolarse con los placeres habituales del sexo, la comida o el poder, buscan otros medios para estimular su sistema nervioso. Se convierten en buscadores "espirituales", explorando los potenciales de sus cuerpos y sus mentes. No obstante, su huida del sentimiento básico de disociación y contracción está destinada a ser inútil. No se puede trascender lo que no se reconoce y se comprende.[5]

Los aspirantes espirituales curtidos saben, o aprenden a través del sufrimiento, que si lo que desean es un subidón espiritual, pueden ir a canalizadores, psíquicos, maestros pseudotántricos, tomar drogas psicodélicas, etc. Saben también que si un estado místico les impide servir a sus familias y a quienes les rodean, la sospecha está garantizada. Una madre avisaba de lo siguiente: «Cuando noto que estoy apegada a una experiencia (hasta el punto de no atender las necesidades de mi hijo) la dejo pasar. Pierdo la iluminación que ella me ofrecía. Cuando no soy capaz de acudir al llamárseme a servir por estar atada a alguna experiencia, es que he perdido el sentido de lo importante».

Al fin y al cabo, nadie puede evitar el sufrimiento. Igual que cualquier adicto, el yonqui espiritual exige cada vez más dosis de su dicha para lograr el subidón, y la vida simplemente no provee un subidón indefinido, lo cual implica que antes o después el individuo se desmorona.

5. Lee Sanella. *The Kundalini Experience*. Lower Lake, California: Integral Publishing, 1987, pág. 121.

Christina Grof: «Ahogando las penas espirituales en el alcohol»

Soy muy cabezota y testaruda. Había tenido muchas experiencias espirituales, difíciles unas, bellas otras, pero como ser humano estaba tan desecha por todo lo que me había pasado a lo largo de mi vida que no tenía fronteras egoicas para ayudarme a contener lo que estaba sucediendo, así que hacía aguas por todas partes. Estaba teniendo experiencias, pero invadían mi vida diaria. Una de las cosas que hice en una especie de intento desesperado por calmar la energía fue empezar a beber alcohol, primero sólo un par de vasos de vino para que las cosas se relajaran. Pero muy pronto me convertí en una alcohólica, y algunos de los síntomas del alcoholismo comenzaron a adquirir la apariencia de irrupciones de la *kundalini*, alucinaciones y visiones. Las experiencias mismas se convirtieron en parte de mis síntomas negadores. Pensé: «Oh, esto es la *kundalini*».

Una vez eliminé el alcohol, encontré entonces todos los asuntos que el alcohol estaba ocultando. Había estado muy cómoda en el mundo arquetípico, pero en cierto sentido era muy impersonal y transpersonal. Para mí, habérmelas con mi biografía, mi propio material, era más difícil. Ha sido muy diferente el verme forzada a mirar mis asuntos problemáticos, sabiendo que tenía que hacerlo para anclar las experiencias espirituales y ayudarme a abrirme de nuevo al mundo.

Un contexto adecuado es esencial para evitar la emergencia espiritual

La manera eficaz de evitar sufrir una emergencia espiritual, o de atenderla adecuadamente cuando se produce, es o establecer el contexto propicio en el interior de uno mismo en lo que respecta a tales experiencias, o estar con otros que poseen ese

contexto y pueden ofrecer la ayuda necesaria durante la crisis. Stanislav y Christina Grof sugieren lo siguiente:

> La tarea más importante es dar a la gente que está pasando una crisis un contexto para sus experiencias y suficiente información acerca del proceso por el que están atravesando. Es esencial que se alejen de la noción de enfermedad y reconozcan la naturaleza sanadora de sus crisis... El que las actitudes e interacciones en el círculo estrecho de sus familiares y amigos sean nutricias y proporcionadoras de apoyo o, por el contrario, llenas de miedo, de juicios y manipuladoras marca una diferencia considerable en lo que respecta al desarrollo y el resultado del episodio.[6]

Las experiencias místicas pertenecen al ámbito de lo desconocido. Aunque tienen múltiples orígenes, se hallan fuera del dominio de la experiencia ordinaria y deberíamos mostrarles respeto, dejando de presumir de que tenemos control o dominio sobre estos ámbitos. Si no hay respeto por el más allá ni comprensión de las limitaciones del ego, entonces las emergencias espirituales continuarán siendo tratadas del mismo modo que otras crisis psicológicas

Las emergencias espirituales y las adicciones espirituales representan el nivel más básico de los peligros de la experiencia mística. Cada uno de ellos se basa en una serie de presupuestos compartidos mayoritariamente por la cultura en lo que respecta al valor, el propósito y el significado de las experiencias místicas. Ya sea que conduzcan a la presunción de la propia iluminación o a la necesidad de salir corriendo ante tales experiencias, su propósito objetivo no es ninguno de éstos. Los capítulos siguientes exploran los peligros más sutiles de las experiencias místicas a medida que el individuo progresa en su viaje espiritual, así como las consecuencias de malinterpretarlas.

6. Stanislav y Christina Grof. *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Kairós, 1993.

8. EL MATERIALISMO ESPIRITUAL

> El materialismo espiritual es un apego al camino espiritual en tanto que realización o posesión sólida. Se dice que el espiritualismo material es el más difícil de superar. Se emplea la imagen de unas cadenas de oro: no se está simplemente encadenado, se está con cadenas de oro. Y se ama las cadenas, pues uno está hermoso y brillante. Sin embargo, no se es libre. Uno está atrapado en una trampa mejor y más grande. El propósito de la práctica espiritual es liberarse, no construir una trampa que pueda tener la apariencia de una mansión, pero que sea todavía una prisión.
>
> JUDITH LEIF

El gran peligro de todas las experiencias místicas (experiencias de iluminación, de libertad, de liberación, etc.) es que se las apropie el ego y se conviertan en material utilizado por él para sus propios propósitos. Cuando el contexto de la vida de alguien es la autorreferencia egoica (es decir, la identificación con el ego en tanto que unidad separada), las experiencias místicas, los instantes de iluminación, las credenciales espirituales, todo se convierte en cualidades potencialmente peligrosas. Su "moneda" puede rápidamente cambiarse de moneda de la

verdad en moneda del ego, e inmediatamente se convierte en otro de los medios que tiene el ego para acrecentar su propia influencia en la lucha contra la verdadera liberación.

El ego puede convertir todo –y lo intentará– en algo que le sea útil. Por ello el reino de las experiencias místicas y las experiencias de iluminación es tan peligroso. Justamente porque su valor es tan elevado para el yo esencial, tales experiencias resultan tan interesantes –y amenzadoras– para el ego. El ego desea fortalecerse y bloquear la liberación, pues la percibe como su propia muerte. Así pues, convertirse en un "ego espiritual" es un brillante disfraz con el cual infiltrarse en la verdadera vida espiritual del individuo y seducir su atención para alejarla de la Verdad o Dios.

Sean cuales sean nuestros apetitos, los transferimos al sendero. El individuo que es lujurioso por tendencia puede, al entrar en el sendero espiritual, intentar adquirir una batería de estados de gozo y de éxtasis, o utilizar su "brillo" espiritual para seducir amantes potenciales; los individuos que son vanidosos y fanfarrones en la vida ordinaria, pueden trabajar intensamente para adquirir vestidos fantásticos, títulos espirituales y un lenguaje espiritual sofisiticado para lucirlos ante sus compañeros aspirantes espirituales; el individuo perezoso puede hallar una escuela espiritual que le diga que ya está iluminado y no necesita hacer nada.

Uno de los mayores peligros del materialismo espiritual surge cuando las experiencias y las prácticas espirituales se utilizan para evitar las exigencias de la verdadera vida espiritual. San Juan de la Cruz nos informó de ello hace tiempo:

> Muchos de estos principiantes tienen en ocasiones una gran avaricia espiritual. Se les encontrará descontentos con la espiritualidad que Dios les ha dado; y están muy desconsolados y quejumbrosos por no hallar en las cosas espirituales los consuelos que desearían. Muchos nunca tienen bastante en

> lo que respecta a escuchar consejos, aprender preceptos espirituales y poseer y leer muchos libros que tratan de este asunto, y malgastan su tiempo en estas cosas más que en trabajos de mortificación y en el perfeccionamiento de la pobreza interior de espíritu que debería caracterizarles.[1]

El materialismo espritual no es algo nuevo. Chögyam Trungpa Rimpoche, quien popularizó este término en Occidente, cuenta cómo el *hobby* de coleccionar transmisiones espirituales ha tenido lugar a lo largo del tiempo y de las culturas:

> Recibir *abhisheka* (transmisión) no es lo mismo que coleccionar monedas, sellos o dedicatorias de personajes famosos. Recibir cientos y cientos de *abhishekas* y coleccionar constantemente bendiciones como una especie de autoconfirmación ha sido en ciertas épocas una moda, algo popular que había que hacer. Esto era cierto en Tibet en el siglo XIX, así como más recientemente lo es en Occidente.

La versión contemporánea de lo que comenta Trungpa Rinpoche se halla en el actual "mercadillo espiritual". La gente va de su *rinpoche* tibetano o su profesor de *hatha yoga* a su terapeuta transpersonal o a su instructor de meditación, tomando trozos y fragmentos de cada uno y adquiriendo una gran colección de bendiciones, técnicas, herramientas y métodos espirituales. Si queremos escribir un libro sobre la tecnología pseudoespiritual contemporánea, será útil ir saltando de un instructor a un maestro, de éste a un *sheik*, a un terapeuta, para recoger información; pero si somos verdaderos estudiantes espirituales, este enfoque no nos llevará más que a dar vueltas alrededor de nosotros mismos.

Si bien el materialismo espiritual no es nada nuevo, se ha convertido en una moda muy popular en los últimos años. Pues-

1. San Juan de la Cruz. *La noche oscura del alma.* Editorial de espiritualidad, 2003.

to que la cultura contemporánea se halla tan totalmente dominada por el materialismo, y dado que la espiritualidad ha encontrado su camino en el mercado de masas, la distorsión de los términos y los conceptos espirituales, la necesidad de vestirse y hablar espiritualmente, de pensar en uno mismo como espiritual, está invadiendo la cultura de masas. Podría decirse que estamos viviendo en una era de materialismo espiritual generalizado.

El ego espiritualizado

Un ejemplo llamativo de materialismo espiritual puede encontrarse en el caso del "ego espiritualizado". Los egos vulgares hacen las cosas propias de egos vulgares: piensan muy bien –o muy mal– de sí mismos, manipulan a los otros e intentan constantemente obtener beneficios; actúan egoístamente, mienten, engañan y roban un poco. Pero los egos espiritualizados tienen su propio juego: hablan en un tono suave y espiritual; crean un cierto brillo facial o un aura que han aprendido a irradiar; gozan de "intensas" experiencias espirituales regularmente; conocen la respuesta dinámicamente correcta en cada situación. Cualquiera con una mínima inteligencia puede manipular el *Dharma* desde una perspectiva egoica.

Llewelyn Vaughan-Lee describe este principio:

> Una de las cosas más peligrosas que he encontrado son esos egos espiritualizados, esa gente cuyo ego no es ya un ego cotidiano al que le gusta un coche hermoso, un vestido nuevo o algo así, sino que se ha convertido en un ego espiritualizado y está teniendo experiencias espirituales. Verán todas las cosas espirituales que saben estos sujetos y cuán ansiosos están por contárselas. Si miran cuidadosamente se darán cuenta de que hay un cierto desequilibiro en ellos. Generalmente son muy entusiastas y parece que todo venga de ellos.

> El ego espiritual ha sustituido a la verdadera experiencia espiritual y a la mayoría de la gente le resulta difícil percibir la diferencia.

El ego no se da cuenta de que él no puede tener experiencias místicas o "conseguir" la iluminación, y ésta es precisamente la causa principal del surgimiento del ego espiritualizado y del materialismo espiritual en general. La maestra india contemporánea Vimala Thakar sabe que el único "alguien" que existe que pueda obtener la iluminación es el ego. Por propia experiencia afirma: «El contenido de la conciencia en el cuerpo de Vimala es "nadieidad" y "nada". ¿Cómo podría alguien proclamar ser una persona o un maestro verdaderamente iluminado?».

Trungpa Rinpoche dice que el pretender que el ego experimente la iluminación es como «querer asisitr al propio funeral».[2] Pero, claro, ¡trata de convencer al ego de esto! No sólo el ego está presente en la experiencia misma, sino que en el momento en que esta experiencia esencial se disipa, lo único que queda es el ego. La realización y el reconocimiento implícito de algo Otro y Más Allá, que era auténtico en la experiencia, deja de estar presente como una realización y lo único que queda es el ego, que sale orgullosamente para atribuirse la experiencia.

«Con frecuencia pienso en esta canción –recuerda Vaughan-Lee–: "No puedes alcanzar el cielo en una mecedora, pues una mecedora no te lleva tan lejos". Y no puedes ir a la Realidad a través del ego, pues el ego no puede ir a un plano diferente de la realidad, ya que está diseñado para este plano de la realidad. El ego no puede tener una experiencia espiritual. No puede más que llevar el reflejo de una experiencia espiritual, pues la mente ordinaria pertenece al nivel de la dualidad.»

2. Chögyam Trungpa. *Más allá del materialismo espiritual.* Barcelona: Edhasa, 1985.

Es difícil no ser seducido. El carácter de realidad y de autenticidad de tales experiencias son estremecedores. Producen una expansión. Puede tratarse de la realización de que el universo entero se halla en tu cuerpo, o puede experimentarse la unidad de toda vida. Todo eso es embriagador y hace falta un alto grado de honestidad consigo mismo y de conciencia moral para no apropiarse de esas experiencias con el fin de apuntalar y fortalecer el ego. Cuanto más elevadas son las energías con que se trabaja, más peligroso es para el ego identificarse con el proceso en el que uno se halla inmerso y que en algún momento uno se da cuenta de que no es su proceso personal. Se trata de un proceso universal que es mucho mayor que cualquier cosa con la que nos identifiquemos en esta encarnación.

Aunque el ego no puede tener verdaderas experiencias místicas, puede crear artificialmente su propia marca de espiritualidad: imitaciones, si quieres, de lo real. En *Más allá del materialismo espiritual*, Trungpa Rinpoche explica:

> ... Si usted ha aprendido una técnica de meditación especialmente beneficiosa para la práctica espiritual, entonces la actitud del ego es, primero, contemplarla como un objeto de fascinación y, luego, examinarla. Finalmente, dado que el ego aparenta ser sólido y en realidad no puede absorber nada, lo único que puede hacer es imitar. Así pues, el ego intenta examinar e imitar la práctica de la meditación y el modo meditativo de ser. Cuando hemos aprendido todos los trucos y respuestas del juego espiritual, automáticamente tratamos de imitar la espiritualidad... No obstante, no podemos experimentar aquello que estamos tratando de imitar; tan sólo podemos hallar algún área dentro de los límtes del ego que parece que sea lo mismo...[3]

3. Chögyam Trungpa. *Más allá del materialismo espiritual.* Edhasa: Barcelona, 1985.

El ego imita las experiencias y los gestos espirituales porque desea los beneficios que imagina que tales experiencias pueden aportar, pero no está dispuesto a sacrificar sus propios modos de ser. Los individuos que han espiritualizado su ego se hallan en una situación muy precaria y nada envidiable, por más que puedan fantasear que son los reyes de la fiesta espiritual. Básicamente lo que hacen es utilizar la espiritualidad como mecanismo de defensa para protegerse y evitar mostrarse como realmente son, cuando en eso consiste la espiritualidad. Sus egos "sabelotodo" han llegado a estar tan puestos en cuestiones espirituales y han creado un caparazón tan rígido a su alrededor que apenas hay manera de que se den cuenta de cómo han manipulado su conocimiento haciéndose un flaco servicio a sí mismos. Puesto que saben todo (cada expliación *dhármica*, cada estado meditativo) no cabe una genuina apertura que les permita ver cómo su "saber todo" es justamente lo que se interpone en el camino de su vida espiritual.

El ego espiritualizado es un ego "a prueba de balas". Cuando un individuo no posee ningún contexto para comprender la naturaleza de las experiencias y las enseñanzas espirituales (e incluso a veces cuando lo tiene), el ego apresa las experiencias y las enseñanzas que recibe, las reorganiza y las hace girar alrededor de sí mismo. De este modo las integra en un ego "a prueba de balas". Cuando el propio ego está constituido de tales experiencias y tales enseñanzas, nada excepto un milagro va a poder penetrarlo.

La posibilidad de que el ego sea capaz de tales trucos sofisticados, como el elevarse a un alto estatus espiritual, resulta muy plausible para quien se halla familiarizado con sus operaciones, pero tal idea ridícula nunca entraría en la mente del turista espiritual ordinario. Hasta que todo el contexto de uno no cambie y pase a estar centrado-en-el-Otro o centrado-en-Dios, el ego siempre interpretará las experiencias espirituales de modo que sirva a sus propios fines.

Hay evidencia del materialismo espiritual en todas las tradiciones y en todas las culturas. Reclamar el territorio espiritual que el ego se ha apropiado exige agudizar nuestra habilidad para reconocer cuándo el ego está montando el *show* y ser capaz de cuestionar los presupuestos que hacemos a partir de las interpretaciones y de la agenda del ego.

9. ESTANCARSE: EL CALLEJÓN SIN SALIDA ESPIRITUAL

> Cuando despierte, tiene que despertar de nuevo. Intente comprender a este adversario. Haga un esfuerzo, no luche con él [...], más bien mire de qué está hecho, qué mentiras cuenta, qué insinceridad [...]. Tiene que entender e intentar ver de qué manera tiene poder sobre usted. Necesita mirar con mayor constancia. Desear verle más, cómo se relaciona con usted, qué conexiones erróneas hay.[1]
>
> LORD PENTLAND

Imagine que está intentando llegar a la infinitud, pero por el camino ve una calle lateral que resulta demasiado atractiva para pasar sin echar una ojeada rápida. Así que gira y entra en la calle, y al final se da cuenta de que es un callejón sin salida. Usted decide dar una vuelta rápida por el callejón sin salida; pero mientras lo está haciendo, el paisaje cambia y le da la impresión de que vale la pena dar otra vuelta más para asegurarse de que ha visto todo lo que había que ver. Sin embargo, cada vez que vuelve al punto de partida, el paisaje cambia

1. John Pentland. *Exchanges Wuthin*. Nueva York: The Continuum Publishing Company, 1997, pág. 34.

de nuevo. Así que sigue dando vueltas horas y horas, años y años. Como el paisaje cambia, usted supone que debe estar yendo hacia alguna parte, y tiene tanto colorido y resulta tan interesante que comienza a olvidar incluso que giró para entrar en una calle lateral.

Así es como procede mucha gente en el llamado viaje espiritual. En algún lugar del camino se detienen, se entretienen y se desvían. Y como el paisaje es tan interesante (no siempre agradable, pero sí interesante) –un nuevo gurú, una ruptura psicológica, una fabulosa oferta de trabajo, dos meses de dicha y éxtasis, un divorcio, una promoción al estatus de instructor de meditación–, se figuran que deben estar en el camino. Ciertamente ocurren cosas. Al fin y al cabo, todo el mundo está en el camino espiritual, ¿no? Y así siguen, dando vueltas en el callejón sin salida de la vida, a veces olvidando adónde iban en primer lugar, pero como tienen tiempo pueden dedicarse a obtener un buen número de títulos, promociones y experiencias.

«Con buen aspecto y sin ir a ninguna parte» sería un modo de describir este fenómeno común. El aspirante espiritual tiene buen aspecto: tiene una importante función y cantidad de amigos en su comunidad espiritual, es un erudito del *dharma*, comparte sus experiencias y sus rupturas. Tiene todas las credenciales espirituales (una síntesis espiritual sin fallos) y sin embargo viaja por una carretera sin salida.

El primero –y a veces el último– de los lugares en los que la gente queda estancada es en el campo de las experiencias y los fenómenos místicos. Hasta el propio Buda, cuando se hallaba cerca de su despertar final, fue tentado por una visión de la bella seductora Mara. No sólo estamos condicionados a creer que las experiencias místicas constituyen la esencia del camino espiritual, sino que las experiencias en sí mismas son tan atractivas, tan fuera del terreno ordinario del sufrimiento humano, que suponen una tentación, la de permanecer allí, con

ellas, en lugar de seguir avanzando en el camino. Ram Dass comenta cómo él y sus compañeros fueron seducidos por el éxtasis de los estados místicos cuando comenzaron a implicarse en la búsqueda espiritual:

> Nuestras prácticas y nuestros rituales nos afectaron y comenzamos a tener muchas más experiencias espirituales, llegando un momento en el que todos estábamos en un estado de dicha espiritual. Reaccionamos a esa experiencia enamorándonos de todos los fenómenos que sucedían a causa de nuestras prácticas, nuestra meditación y la purificación espiritual... Las tradiciones nos alertaban contra esta actitud; por ejemplo, el budismo avisa para que uno no se quede estancado en los estados de trance, al experimentar la omnisciencia, la omnipotencia, la omnipresencia. El budismo recomienda simplemente reconocer esos estados y seguir caminando. Pero la tentación de aferrarse a tales experiencias en tanto que logros personales, persiste.[2]

Nadie está exento de tales tentaciones, aunque algunos son más tentados que otros y resultan seducidos durante períodos más largos. Quienes no han experimentado en sí mismos las dificultades del sendero espiritual y reconocido la profundidad de su propio sufrimiento, no deberían suponer que ellos no quedarían estancados en el campo de las experiencias místicas.

El niño y la mariposa

> Un día, un niño se halla jugando en las colinas que hay detrás de su casa cuando descubre una mariposa deslumbrante. Se queda asombrado contemplándola y de pronto tiene la idea de cogerla y llevarla a casa como animal de compañía.

2. Ram Dass. *El poder curativo de las crisis*. Barcelona: Kairós, 1993.

La lleva a su habitación, se asegura de que no puede salirse de la jaula que le prepara y llama a sus padres, sus hermanos y sus hermanas para que vayan a verla. Invita a sus amigos de la escuela y saca la mariposa para mostrársela. Incluso intenta adiestrarla. Además se jacta de ello. Mientras camina para ir a la escuela, piensa: «Tengo esta bella mariposa en mi casa, no conozco a nadie más que tenga una mariposa así». La contempla desde todos los ángulos y le trae hojas especiales y comida de mariposa.

Al salir de la escuela, el niño va corriendo a casa para contemplar su hermosa mariposa; pero cuando llega ve que se ha escapado a través de los barrotes de la jaula. Sufre una desilusión, y no queriendo admitir que realmente se ha ido, se dice que volverá más tarde, que probablemente está escondida en algún rincón de la casa, y pone algunas bonitas hojas verdes para atraerla y que vuelva. Mientras, sale a jugar con sus amigos, convencido de que la mariposa volverá, pues ¿quién podría resistir hojas tan hermosas?

Pocos días después, tiene que admitir que la mariposa se ha ido y que no volverá. No está cerca y no le importan las hermosas hojas ni la exquisita comida de mariposa que el niño le ha preparado. Se ha ido, tal como era de esperar.

La historia del niño y la bella mariposa es una buena manera de comprender las distintas etapas en que los individuos en el sendero espiritual pueden ser seducidos e incluso pueden estancarse por las tentaciones de las experiencias y los poderes místicos. La bella mariposa representa todas las maravillosas experiencias y poderes espirituales que se han analizado hasta aquí: es la Mara del Buda; es la experiencia de éxtasis, dicha, claridad, unidad; los pequeños o grandes poderes de percepción que a menudo surgen a través de un curso de intensa práctica espiritual.

Obviamente, el hecho de que exista una bella mariposa no es problema. Constituye una parte natural del entorno, agra-

dable de contemplar, ni bueno ni malo. Generalmente, la mariposa aparece como aparecen las mariposas, vuela durante unos instantes y sigue su camino. La historia cambia, no obstante, cuando el niño, ilusionado, decide capturar la mariposa para sí mismo.

Capturar la mariposa: aferrarse a la experiencia mística

En el momento en que admira la mariposa y admira sus llamativos colores, el niño es libre. Podríamos decir que es un momento de "apreciación iluminada". Sin embargo, como siempre, llega el momento siguiente. Es el momento en que la mente se introduce en la experiencia. El pequeño que está admirando la mariposa, de repente, piensa en capturarla, llevarla a casa y meterla en una bonita jaula en su dormitorio.

La mayoría de nosotros queremos capturar nuestra experiencia mística con la mente, llevarla a casa con nosotros, poseerla, hacerla nuestra y sacarla para jugar con ella siempre que queramos. Trungpa Rinpoche sugiere:

> Muy posiblemente, su primera reacción después de una experiencia así [de despertar] sería escribirla en su diario, explicar en palabras todo lo ocurrido. Intentaría anclarse en la experiencia a través de sus escritos y sus memorias, comentándola con la gente o hablando a la gente que fue testigo de que usted tenía la experiencia.[3]

Primero tiene lugar la experiencia pura. Pero si es una experiencia positiva, un aplazamiento de nuestro sufrimiento, queremos poseerla, de modo que la capturamos, la metemos en una jaula y le ponemos una señal: «La experiencia mística que he tenido».

3. Chögyam Trungpa. *Más allá del materialismo espiritual.* Edhasa: Barcelona, 1985.

Presumiendo de la mariposa: el orgullo espiritual

Al igual que el niño está orgulloso de la mariposa, nosotros estamos orgullosos de nuestra experiencia mística. Llevamos aparte a los amigos y queremos contarles esta especial experiencia que hemos tenido. Cuando leemos las experiencias de los grandes místicos o escuchamos un discurso espiritual, asentimos con la cabeza, queriendo hacer ver que entendemos, y miramos al conferenciante a los ojos con gran confianza. Igual que el niño piensa que la mariposa es suya, como si él solo hubiera creado algo tan hermoso, nosotros sentimos que esta experiencia es de nuestra propia cosecha y que se debe a quienes somos el que hayamos tenido tal experiencia. Gilles Farcet sugiere: «En cuanto agarro la experiencia, pierde su integridad. Cuando la apreso, creo que soy el propietario de esta maravillosa experiencia que nadie puede quitarme».

Como el niño con la mariposa, cuando alardeo de una experiencia mística, me identifico con ella, como si fuera mía. Sin embargo, la "mariposa" –la experiencia– es bella en sí y por sí misma. No es bella porque la "capturemos". Existía antes de que la viéramos, era hermosa siempre y continuará siendo igualmente hermosa incluso cuando "se escape".

La mariposa se escapa: cuando la experiencia se disipa

Para mucha gente, especialmente para quienes no están familiarizados con la ida y venida de las experiencias místicas a través de años de práctica espiritual, resulta devastador cuando una experiencia mística o un período de iluminación se disipa. Es tan devastador que intentan aferrarse a cada residuo de la visión, queriendo convencerse de que no se ha ido.

Es preciso distinguir entre experiencia y memoria. Cuando experimentamos algo, está vivo, es algo inmediato. Cuando recordamos una experiencia, se halla en el pasado, en la mente. Cuando hemos tenido una experiencia mística, pero no la estamos experiementando en el presente, se halla en el campo de la memoria. La mayoría de las experiencias de que la gente se jacta y pavonea portando su banderín para mostrar qué extraordinarios individuos son, en realidad son acontecimientos pasados. Fueron reales y puede que dejaran una fuerte huella en la vida de la persona, pero están en un tiempo pasado. Arnaud Desjardins dice:

> El peligro está en pensar: «Tengo que hacer que vuelva esta experiencia». Esto lo convierte en un deseo entre otros deseos y este mismo deseo será un obstáculo. He conocido mucha gente –hombres y mujeres– para los que este apresar el pasado ha supuesto un gran sufrimiento: «He perdido ese estado», dicen. Y se convierte en un problema para ellos el ver que este estado, este estatus, puede perderse.

La experiencia puede perderse y la mayoría de las veces así es. Y resulta desagradable. Como una reliquia iluminada, la conciencia neurótica ordinaria vuelve como un gran dolor de cabeza. El niño comprende que la bella mariposa se ha ido. No estaba allí cuando volvió de jugar con sus amigos, y tampoco estaba el día siguiente, ni el otro. La realidad golpea con dureza.

El orgulloso niño se avergüenza de haber perdido la hermosa mariposa. Cuando otros niños en la escuela le preguntan por ella y por qué no la ha llevado, puede incluso mentir y decirles que está enferma, o que su madre no le ha dejado llevarla, pero que todavía está allí. De manera similar, las personas que están muy apegadas a sus experiencias místicas, no quieren reconocer –ni ante sí mismos ni ante los demás– que

ciertamente esas experiencias ya han pasado. Se dan cuenta de manera inconsciente de que si no pueden capturar una experiencia de iluminación, quizás no puedan capturar nada.

Admitiendo que la mariposa se ha ido: aceptando la realidad

El niño va a tener que aceptar que la mariposa no vuelve, pero hay diversos modos a través de los cuales los diferentes niños hacen esto. La primera opción que tiene el niño es lloriquear por la mariposa perdida, hablar de sus maravillosos atributos, quizás incluso hacer una pequeña imitación y pretender que *en realidad* no se ha ido. La segunda opción es aceptar que la mariposa se ha ido *y* admitir que está luchando por aceptarlo. La última opción es aceptar el hecho de que la mariposa se ha ido y seguir adelante sin volver la vista atrás.

El proceso de aceptar que una experiencia mística se ha difuminado es diferente en cada caso, dependiendo de muchos factores. No es muy diferente a observar los distintos modos como la gente muere: unos gritan y patalean todo el tiempo, hasta el final; otros luchan y aceptan su lucha; y hay otros que son capaces de dejar que suceda sin oponerse. Dejar que desparezca la gloria de la experiencia mística, que representó una huida de la realidad del sufrimiento, es como una pequeña muerte para el ego.

En realidad, una gran parte del camino espiritual es una batalla entre el apego y el dejar fluir. Un factor importante de la vida espiritual es el proceso de perseguir la bella mariposa y nunca ser capaz de apropiársela. La mariposa siempre se escapará a través de los barrotes y el camino consiste en saber que siempre se escapará a través de los barrotes y a pesar de todo intentar perseguirla, cazarla y conservarla. Si uno emprende la lucha entre aferrarse y dejar que las cosas sucedan,

poco a poco el dejar suceder se va haciendo más fácil. Disminuye cuando el individuo lucha con el apego y pierde tantas veces que el dejar que las cosas sucedan se convierte en la única posibilidad de "ganar".

¿Queremos tener una hermosa mariposa o queremos la realidad? Es una difícil elección, dado que la mayoría de la gente no tiene idea de lo que significa vivir en la realidad y que no se puede saber lo que implicaría a menos que se abandone el apego a la encantadora mariposa.

Hay diferentes puntos de vista acerca de lo que sucede cuando uno libera la bella mariposa. Algunos maestros, como Andrew Cohen, sugieren que hay algo más allá, algo profundo, aunque no dice el qué; mientras que otros, como Danan Henry, sugieren que lo que hay más allá es simplemente la experiencia ordinaria, el surgir y el pasar, pero vivida con los ojos abiertos y estando presente. De cualquier modo, sólo se descubrirá lo que hay luego cuando se libere a la bella mariposa. Se pueden leer libros hasta la saciedad acerca de lo que ocurrió a otros cuando abandonaron el apego al bello insecto, pero no deja de ser un saber de oídas hasta que uno mismo lo realiza.

La historia no tiene un final feliz en el sentido convencional del término. El final que el niño –y el mundo durmiente– quiere es salir en busca de la mariposa y no sólo encontrarla, sino encontrarla revoloteando alrededor de otros capullos, todos ellos futuras mariposas. Su deseo es llevarlos a su casa y descubrir que como las mariposas siempre se reproducirán a sí mismas, puede ir y recoger capullos durante el resto de su vida y en adelante tener bellas mariposas para siempre.

Sin embargo, para la mayoría de la gente, el "final" es la continua lucha y el movimiento permanente entre nuestros deseos de realidad, nuestros intentos de manipular la realidad y el aceptar la realidad tal como es. Así pues, en la versión espiritual de la historia, el final feliz no significa que el niño en-

cuentra un campo de capullos de futuras mariposas, sino para empezar que se da cuenta de que la mariposa no era suya y que con el tiempo aprende a apreciar las mariposas que encuentra y les permite seguir su camino.

Una perspectiva budista zen: el Roshi Philip Kapleau habla de makyo

El budismo zen ofrece, más que la mayoría de las tradiciones, una amplia serie de enseñanzas sobre la cuestión de los fenómenos místicos y los peligros que encierran. El nombre que los budistas han dado a estos fenómenos es *makyo*. *Ma* significa "diablo" y *kyo* significa "el mundo objetivo". La traducción literal de *makyo* es la de "fenómenos diabólicos que surgen en el mundo objetivo".[4] A los estudiantes se les ayuda a trabajar con las tentaciones de tales fenómenos educándoles acerca de ellos desde el comienzo. Si bien tales enseñanzas no evitan que los estudiantes luchen con *makyo*, del mismo modo que decirles a los niños que la estufa quema, generalmente no evita que la toquen una o dos veces, la educación sirve como contexto desde el que entender las experiencias que surgen en la práctica espiritual seria.

El Roshi Philip Kapleau ha hablado y escrito abundantemente sobre la cuestión de *makyo*, traduciendo las escrituras budistas tradicionales de tal modo que resultan más asequibles a la mente occidental. Presentaré aquí las enseñanzas sobre *makyo* con el fin de ofrecer al lector, con otro lenguaje, otra perspectiva desde la que entender mejor los peligros de la experiencia mística y los modos en que incluso aspirantes espirituales serios quedan estancados en las trampas de los fenómenos ilusorios. Así describe el surgir de *makyo*:

4. Philip Kapleau. *Los tres pilares del zen*. Madrid: Gaia, 1994.

> En una etapa de la práctica del zen, el estudiante puede experimentar visiones ilusorias, fantasías y sensaciones extraordinarias. Todo ello se conoce como *makyo*... Constituyen un espectro que va desde las sensaciones visuales y auditivas simples, pero intensificadas, a los sentimientos de hundirse o flotar, desde la experiencia del propio cuerpo como una sustancia que se funde hasta comprensiones profundas, visiones de Dios o del Buda, o poderes clarividentes...[5] Estos fenómenos no son intrínsecamente malos. Sólo se convierten en un obstáculo importante si se ignora su verdadera naturaleza y se queda fascinado por ellos...
>
> Otras religiones y sectas conceden mucha importancia a las experiencias que implican visiones de Dios o de divinidades, al escuchar voces divinas, realizar milagros, recibir mensajes divinos y purificarse mediante diversos ritos y drogas... Ahora bien, desde el punto de vista del Zen todos ellos son estados anormales carentes de verdadero significado religioso y por tanto son sólo *makyo*.[6]

El Roshi Kapleau continúa describiendo la naturaleza esencial de *makyo*:

> ¿Cuál es la naturaleza esencial de estos perturbadores fenómenos que llamamos *makyo*? Son estados mentales temporales que surgen durante *zazen* cuando nuestra habilidad de concentración se ha desarrollado hasta cierto punto y nuestra práctica comienza a dar sus frutos. Cuando las ondas mentales que surgen y desaparecen en la superficie de la mente se calman parcialmente, elementos residuales de experiencias pasadas "instalados" en niveles más profundos de la conciencia emergen esporádicamente a la superficie de la mente, transmitiendo el sentimiento de una realidad más amplia o ampliada. Según esto, *makyo*, es una mezcla de lo real y lo irreal, no muy distinta a la que se da en los sueños ordina-

5. Ibíd.
6. Ibíd.

> rios. Así como los sueños generalmente no son recordados por la persona que se halla en sueño profundo, sino sólo cuando está medio dormida, medio despierta, tampoco *makyo* surge en aquellos que están en profunda concentración o *samadhi*.[7]

El Roshi Kapleau sugiere aquí que *makyo* ciertamente transmite un sentimiento de realidad ampliada, y que no son sólo irreales, sino también reales. No obstante, incluso las más reales de las experiencias se consideran *makyo* y se recomienda dejarlas de lado y no detenerse en ellas. Es interesante tener en cuenta que aunque *makyo* puede brotar de una parte muy profunda de la psique humana, no se le concede ninguna atención ni se le da importancia. Al contrario, al estudiante zen se le avisa para que no presuponga nada acerca de su desarrollo espiritual basándose en tales fenómenos y para que no se quede estancado ni siquiera en elevados lugares. El Roshi Kapleau avisa de este modo:

> No caigan nunca en la tentación de creer... que las visiones poseen un significado en sí mismas. Tener una hermosa visión de un buda no significa que estén más cerca de llegar a ser ustedes mismos, del mismo modo que el sueño de ser millonario no significa que sean más ricos cuando despierten. Por tanto, no hay razón para sentirse entusiasmado a causa de tal *makyo*. Y del mismo modo, por terribles que sean los monstruos que se les aparezcan, no hay razón para alarmarse. Ante todo, no permitan ser distraídos por visiones del Buda o de dioses bendiciéndoles o comunicándoles un mensaje divino, ni porque *makyo* formule profecías que resulten ser ciertas. Esto es desperdiciar sus energías en la absurda búsqueda de lo inapropiado.[8] [...]

7. Ibíd.
8. Ibíd.

> En sentido amplio, todo lo que no sea la iluminación es *makyo*.[9]

Para la mayoría de la gente, las visiones y las profecías difícilmente son "incoherentes". Dejan una honda huella y quizás un elevado respeto por el mundo de lo místico; ahora bien, para el estudiante espiritual dedicado, incluso estas experiencias son limitadas en comparación con la realización del fundamento de la conciencia.

También resulta interesante que el budismo zen, tal como lo describe el Roshi Kapleau, no distinga entre experiencias agradables y desagradables –entre visiones del Buda y del diablo, o entre estados de éxtasis y estados de terror–. Desde el punto de vista espiritual contemporáneo dominante, no sólo se concede gran importancia a las experiencias de dicha, éxtasis, visión y rapto, sino que las experiencias de terror, pena, tristeza, sufrimiento y separación son, a menudo, reprimidas y negadas; rara vez, si es que alguna, se consideran experiencias místicas. Sin embargo, en términos de la perspectiva del Roshi Kapleau sobre *makyo*, todas son una y la misma.

Los maestros zen no esperan enseñar a sus discípulos a convertirse en clarividentes, psíquicos o profetas. No se preocupan de si sus estudiantes tienen poderes especiales o no, y en algunos casos incluso preferirían que no los tuvieran, ya que tales poderes pueden constituir un obstáculo. Estos maestros no quieren para sus discípulos nada menos que la realización de su propia naturaleza-de-Buda, el instalarse en la Realidad última y servir a esa Realidad. Desde esta perspectiva, incluso las bendiciones personales del Buda son inapropiadas. ¿Por qué detenerse para recibir bendiciones del Buda cuando uno puede realizar su propia naturaleza búdica y ayudar a guiar a los otros hacia esa realización?

9. Ibíd.

La comodidad espiritual

La idea de "comodidad espiritual" se refiere al peligro de quedar estancado en el camino espiritual a causa de cierto grado de comodidad y complacencia, incluso en niveles muy elevados de logro y renunciación. La gente busca la comodidad espiritual porque inconscientemente cree que tal comodidad alejará su sufrimiento. Pocas personas lo hacen conscientemente, pero muchas lo hacen de manera inconsciente.

La comodidad espiritual puede tener lugar en un nivel exotérico o en un nivel esotérico, y puede ser material o inmaterial. En tanto que seres humanos, intentamos por todos los medios evitar la realidad de nuestra condición sufriente y de manera natural buscamos comodidad y seguridad en todos los niveles. Para sentirse seguro, el propietario de una casa podría comprarse una con una valla muy alta, instalar una alarma antirrobos, hacerse un seguro para la vivienda y comprar un perro guardián. Por la misma razón, el buscador espiritual puede buscar estatus y posición en su escuela espiritual (ser el "discípulo admirado" o incluso ser el maestro, como medida de seguridad). La diferencia entre el propietario de la casa y el estudiante espiritual es que incluso el ojo no entrenado puede ver lo que mueve al propietario, mientras que en la vida espiritual la búsqueda de comodidad a menudo adopta formas más engañosas.

La gente puede buscar comodidad incluso en situaciones incómodas: el individuo con una dieta austera y limitada puede sentirse más cómodo con la comida sencilla que le dan, que si tiene que hacer frente a su glotonería al encontrarse ante un gran banquete; o el monje célibe puede hallarse más cómodo en su celibato que teniendo que ocuparse de los problemas sexuales que surgirían si fuera un monje laico.

La idea de comodidad espiritual se aplica también a los planos internos o esotéricos. La gente tiene tendencia a querer descansar en un cierto nivel. Quizás han alcanzado cierta

ecuanimidad, paz o discriminación (alguna cualidad que se valora en su propia tradición particular). Quizás han logrado un nivel elevado de realización, equivalente al de su maestro o incluso superior. O quizás moran en un estado de desapego o han aprendido a identificarse con el "observador". En este punto, una trampa frecuente entre los aspirantes espirituales consiste en convencerse a sí mismos de que, puesto que han recorrido un trayecto tan largo en su trabajo, merecen un descanso, en lugar de seguir caminando hacia adelante.

Joan Halifax es consciente de esta tendencia en los practicantes espirituales, consistente en engañarse a sí mismos a través de la comodidad espiritual:

> La tendencia en muchos individuos a dormirse es realmente grande: resfriarse, encontrar una hermosa rutina, ir al *zendo* cada mañana, sentirse cómodo y a salvo. A veces le digo a la gente que viene a sentarse: «El sentarse [para la práctica de la meditación zen] no es algo que nos dé seguridad. Se trata más bien de ir deshojándose uno mismo, quitándose capa tras capa, des-construyéndose uno mismo.

Arnaud Desjardins se muestra igualmente preocupado porque sus estudiantes no caigan en la trampa de la comodidad espiritual. Afirma que cuando sus estudiantes están sentados en *zazen* les dice lo siguiente: «Os deseo dos cosas: que no sea demasiado difícil, doloroso y descorazonador; y que no tenga demasiado éxito. Si en cuanto os sentáis y giráis vuestra atención al interior, sentís paz, sin pensamientos, esto se convertirá en una droga para atontar la mente». No es que Desjardins quiera que sus estudiantes tengan un éxito limitado porque desee que sufran, sino porque conoce el riesgo de la comodidad. En realidad, es justamente a causa de su deseo compasivo de que sus estudiantes no sufran a largo plazo por lo que les desea menos comodidad a corto plazo.

Es una lección de humildad considerar la posibilidad de que la gente busque seguridad incluso en la vacuidad y en el amor. Lo hacen porque todavía hay un "yo" que busca tal seguridad, incluso si su seguridad se halla en la "unidad" o en el "yo esencial". Mientras queden huellas de identificación con el ego, siempre hay riesgo, y de todos modos, siempre hay riesgo, pues es muy difícil saber que no hay huellas de identificación con el ego. Todo ello es muy sutil, muy engañoso, y uno no debe suponer que está libre de tales peligros.

Justamente porque hay tantas trampas casi imperceptibles, incluso en elevados niveles de realización, la gente se estanca allí, inconsciente de que, a pesar de poder hallarse en un nivel muy elevado de realización, todavía está estancada. Puede formularse la pregunta: «¿Se trata en realidad de la Realización si uno puede quedarse estancado ahí?». Es una pregunta muy útil para cualquiera que se enorgullezca, por sutilmente que sea, de su nivel de realización.

Arnaud Desjardins: «Los mayores tesoros»

Cuando era joven pensaba: «Oh, ojalá no tuviera que trabajar, si pudiera estar meditando todo el día, entonces cambiaría». Pero entonces viví en la India y encontré gente en famosos *ashrams* que estaban junto a maestros muy auténticos y que meditaban mucho [...], pero que resultaban totalmente desalentadores: hablaban mucho, se criticaban los unos a los otros, eran envidiosos. Fue un gran shock darme cuenta de que es posible meditar mucho sin que se produzca ningún cambio convincente.

Desde luego, con los sabios, día tras días, no podía encontrar ninguna debilidad y mi admiración hacia ellos iba creciendo (Ram Dass, Ma Anandamayi, los *rimpoches* tibetanos, los maestros sufíes, etc.). Pero había tantas diferen-

cias entre ellos y sus seguidores. ¿De dónde procedían las diferencias? ¿Por qué éste o aquél eran todavía orgullosos? ¿Se trataba de una reacción? ¿Estaban perdidos en los gustos y disgustos después de tantos años? ¿Y por qué aquel otro era tan amoroso, obviamente sabio, libre, incluso si no había alcanzado el estado del propio Ramana Maharshi? Entonces hallé que la amabilidad, la buena voluntad, el amor, el servicio, la compasión (que no son nada especialmente esotérico y fascinante) producían los mayores tesoros. Fue una gran lección.

---

10. LA INFLACIÓN DEL EGO

> Cuando acaece una iluminación poderosa, el meditador piensa: «Nunca antes había tenido una iluminación así. Sin duda he entrado en el sendero, he logrado el gozo», y de este modo toma lo que no es el sendero como si fuera el sendero y lo que no es fruición como si fuera fruición. Cuando toma lo que no es el camino por el camino y lo que no es fruición por fruición, el curso de su comprensión se interrumpe. Detiene el tema básico de su meditación y se sienta simplemente a disfrutar de la iluminación.[1]
>
> BUDDHAGOSA,
> *The Path of Purification*

Descrito por Carl Jung como aquello «que podría considerarse una de las consecuencias desagradables de llegar a ser plenamente consciente»,[2] y por E.J. Gould como el "complejo de Jesús", la inflación del ego es un proceso por el cual el poder del ego que se ha experimentado, ya grande en su estado expandido, se hincha hasta tal punto que inunda la capacidad de percibir y de claridad. Entre los individuos que han proclama-

1. Buddhagosa. *The Path of Purification [Visuddhimagga]*. Boston, Massachusetts: Shambhala, 1976, pág. 740.
2. Joseph Campbell (ed.). *The Portable Jung*. Nueva York: Penguin Books, 1971, pág. 104.

do prematuramente su propia iluminación, muy a menudo se da una inflación del ego. Tal individuo tiene una creencia subjetiva y grandiosa acerca de su propia estatura espiritual y su realización. La inflación puede ser tan imponente y tan convincente que consuma todo a su paso, incluyendo la conciencia, la discriminación y, a veces, la cordura más básica.

La inflación del ego con frecuencia viene precedida por una experiencia o serie de experiencias de lo que hemos estado llamando hasta ahora "iluminación", percepción mística o comprensión intuitiva, que resulta malinterpretada al pasar por los filtros del ego. Aunque la inflación del ego se manifiesta en los individuos en mayor o menor grado, la tendencia hacia una percepción subjetiva sesgada y deformada de la propia experiencia y del propio progreso espiritual constituye un fenómeno común a la mayoría de los estudiantes espirituales serios. El aspirante espiritual debería considerarla como estando siempre al acecho y presta a saltar si uno pierde la vigilancia un solo momento. Carl Jung, que estudió el fenómeno de la inflación detenidamente, lo describe del siguiente modo:

> El estado que nos hallamos comentando implica una extensión de la personalidad más allá de los límites individuales, en otras palabras, una sensación de estar hinchado. En tal estado la persona llena un espacio que normalmente no puede llenar. Sólo puede llenarlo apropiándose de contenidos y cualidades que en sentido propio existen sólo para sí mismos y por tanto deberían permanecer fuera de nuestros límites. Lo que se halla fuera de nosotros pertenece a algún otro, a todos o a nadie.[3]

Se dice que cuando Carl Jung sufrió una crisis de inflación del ego tenía una pistola en el cajón de la mesilla de noche. Decía que si no resolvía la crisis iba a pegarse un tiro.

3. Ibíd.

La tendencia hacia la inflación egoica no sólo surge en todas las disciplinas espirituales y todas las culturas, sino que de ningún modo se limita al campo de la espiritualidad. La gente llena su existencia mundana con grandes sumas de dinero o de admiración por una habilidad que es capaz de manifestar, y acepta la amplitud de sus posesiones o la fama que tiene como si tales cosas le pertenecieran; en la vida espiritual, la gente se llena con fuerzas, poderes y visiones trascendentales y acepta la expansión de esas cualidades como si "poseyesen" esos atributos.

«Del mismo modo que la gente quiere conseguir poder a través del dinero o del prestigio –sugiere Judith Leif–, las tradiciones espirituales son terrenos fértiles para la egomanía.» Popularmente conocida como engreimiento, arrogancia, petulancia y autoadulación en la esfera mundana, la inflación egoica es el mismo narcisismo o tendencia autocentrada a creerse a sí mismo superior a los demás. Mientras que en el mundo ordinario la inflación egoica sostiene la ilusión por la que uno vive, en la vida espiritual la inflación que no se consigue dominar, con el tiempo hará que se detenga o incluso se posponga cualquier desarrollo espiritual.

Las máscaras de la inflación

La inflación usa muchas máscaras diferentes: un sentido de superioridad, vanidad, autosatisfacción, un sentimiento de ser especial, una apreciación exagerada del propio desarrollo espiritual y las propias capacidades, orgullo por los logros espirituales y la estatura espiritual, aislamiento, el sentimiento de que nadie es capaz de entender la propia experiencia. Cada una es una máscara de la inflación del ego, fabricada con la ilusión, creyendo cada hacedor que constituye el verdadero rostro.

Como hemos comentado anteriormente, todos queremos sentirnos especiales, queremos ser "el Uno". Esto procede no sólo de la herida psicológica dominante que a menudo deja a los niños sintiendo que no son queridos ni cuidados, sino también de la verdad espiritual intuida que nos insinúa que no somos nadie especial, que en realidad no somos nadie. El ego, en su insistente resistencia a este hecho, lucha por ser alguien.

La inflación del ego puede manifestarse de manera ostentosa o puede aparecer sutilmente, de modo que resulta difícil de detectar. Una expresión más sutil de la inflación egoica es el individuo que permanece aislado en los escenarios espirituales, pero internamente se siente superior, creyendo que se halla más allá de los dramas inconscientes e indulgentes de los otros.

Otra máscara habitual de la inflación egoica es el complejo mesiánico, un sentimiento de querer salvar el mundo o de ser su salvador. Este tipo de inflación es frecuente en todos los grupos fundamentalistas y puede presenciarse en las esquinas de las calles de las pequeñas ciudades, en los campus de las universidades, en los encuentros "revivalistas". Se crean profetas o no, los fundamentalistas presumen de haber encontrado *el* camino (en realidad, el único camino), y muchos se sienten tan especiales, agraciados e importantes por ello que quieren que todo el mundo se beneficie del gran conocimiento que ellos poseen. A menudo exclaman de manera aparentemente humilde: «Jesús es el Señor, yo soy sólo su hijo» o «El Uno vino a mí, su humilde servidor». Pero salta a la vista que hay un gran orgullo por ser el hijo, el servidor, el "elegido".

Aunque las máscaras sean muchas, el rostro es uno: el mismo ego cuyo objetivo es su propia supervivencia y que se cree ser el único dictador del ser humano en el que reside.

Cómo y por qué ocurre la inflación del ego

La inflación del ego es un proceso mecánico, no místico. Aparece de repente sobre el individuo, de modos a menudo inesperados e imprevistos, pues el ego es escurridizo. Aunque generalmente se es incapaz de captar la inflación del ego antes de que ocurra, el comprender cómo y cuándo es probable que ocurra puede alertar al individuo ante la posibilidad de su surgimiento en ciertos tipos de situación. De este modo, uno puede estar alerta y preparado para su llegada súbita.

Expectación y anhelo

La explicación más simple, aunque quizás demasiado simplificada, respecto a cómo y por qué sucede la inflación egoica es que el individuo que experimenta estados ampliados es, con frecuencia, ingenuo y se halla ansioso por compartir sus experiencias y sus conocimientos con otros. El neófito que ha tenido poco rodaje en el trabajo espiritual y de repente tiene una experiencia muy fuerte, a veces imagina que nadie más o muy pocos han tenido tales experiencias y desea comunicarlas a todo el mundo para que puedan compartir esta gloria. Christina Grof observa:

> Es muy frecuente que la gente experimente con alguna técnica espiritual y al conseguir algunos resultados piense: «Oh, soy más de lo que creía», y estas personas no trabajan luego estos resultados, sino que, al contrario, salen enseguida a la calle convirtiéndose en una especie de mesías.

De repente se les ha revelado un mundo desconocido y se emocionan con la idea de compartir esta "tierra de leche y miel" con todos aquellos a quienes aman y que están sufriendo. «Intentar comunicar lo maravillosa que es tal experiencia a otros es natural y comprensible –sugieren Kramer y Als-

tad–. El problema es que otros que no han tenido experiencias similares están prestos a dar a tal persona una deferencia y un trato especial. Es muy difícil no disfrutar de esto y sutilmente reforzar las imágenes que los otros tienen del carácter especial de uno, particularmente dado que eso hace que la gente escuche mejor.»[4]

Identificación con la experiencia

Ya debería estar claro, a estas alturas del libro, que las experiencias místicas y las experiencias de iluminación tienen lugar fuera del ámbito mundano de la conciencia (a veces se trata de experiencias arquetípicas y a veces proceden de la realidad no dual). Ahora bien, como Jung sugirió, el ego rápidamente se identifica con tales experiencias y las proclama como propias.

El ego se identifica también con las experiencias que surgen desde el exterior de su conciencia ordinaria, pues al surgir las experiencias, la conciencia egoica está también presente. Cuando la experiencia se difumina, o incluso mientras está ocurriendo, el ego supone que *él* está teniendo la experiencia.

Resulta extraordinariamente difícil distinguir entre el ego y lo Otro. A la vista de esta tenue línea, el ego se aprovecha de la oportunidad para declarar que ciertamente es él la fuente de la experiencia. En *El proyecto Atman*, Ken Wilber explica:

> Todo individuo, todo ser sintiente, intuye constantemente que su naturaleza primordial es el infinito y lo eterno, la Totalidad; es decir, posee una verdadera intuición-del-Atman [...]. Todo individuo intuye adecuadamente que es de la misma naturaleza que el Atman, pero distorsiona tal intuición aplicándola a su yo separado. Cree que su yo separado es inmor-

4. Joel Kramer y Diane Alstad. *The Guru Papers: Marks of Authoritarian Power*. Berkeley, California: Frog, 1993, pág. 111.

> tal, *omniabarcante*, esencial para el cosmos, extraordinariamente significativo. Es decir, sustituye su ego por el Atman. Así pues, en lugar de descubrir la totalidad real y atemporal, se sustituye por el deseo de poseer el cosmos; en lugar de ser uno con Dios, se intenta desempeñar el papel de Dios.[5]

El hecho es que los seres humanos son tanto ordinarios como divinos. Todos los grandes místicos han tenido la revelación del "Yo soy Eso", "Yo soy Dios", pero eso es distinto de la revelación de que "yo, en tanto que ego, soy Eso" o "Yo, en tanto que ego, soy Dios". En el momento de la revelación, el "yo" al que se refieren *es* Eso, y cuando la revelación ha pasado y tienen frío y quieren un jersey y no les gusta cómo su mujer cocina el solomillo, siguen siendo divinos, pero son también muy ordinarios. Es este aspecto ordinario, las frustraciones comunes de la vida diaria, lo que ayuda a mantener al ego lejos del entusiasmo excesivo consigo mismo.

Un gran flujo de energía

Los reinos arquetípicos y ciertamente el ámbito de lo Absoluto son fuentes de inmensas energías, de energías mucho más potentes que aquellas a las que está acostumbrada la conciencia ordinaria. Cuando el individuo comienza a recibir tal influjo de energía, el ego a menudo se desequilibra y a menudo cae en una gran confusión. El ego ha perdido su base y, en lugar de soltarse en la plenitud de lo Desconocido, sale disparado rápidamente intentando encontrar un modo de interpretar lo que está ocurriendo y apropiarse del flujo de energía para su propio uso y de ese modo mantener el control. Una manera de hacer esto es suponer que tales energías le pertenecen. Aunque las energías le resultan poco familiares, el ego se expande para adaptarse a ellas y de ese modo se hincha. El psiquiatra italia-

5. Ken Wilber. *El proyecto Atman*. Barcelona: Kairós, 1989.

no Roberto Assagioli dice: «Ejemplos de tal confusión no son infrecuentes entre la gente que queda deslumbrada por el contacto con verdades demasiado grandes o energías demasiado potentes para ser captadas por sus capacidades mentales y para ser asimiladas por sus personalidades...». El influjo de tales energías, según Assagioli, «puede tener el desafortunado efecto de alimentar e hinchar el ego personal».[6]

Andrew Cohen añade una perspectiva penetrante respecto a cómo el flujo de energía afecta al ego:

> En sí misma, la energía es salvaje. Permítanme decirlo de este modo: usted tiene la energía de la conciencia iluminada, y la energía de la conciencia iluminada pasa a través de un prisma. El prisma es el cerebro, la mente y el corazón de ese individuo. El cerebro, la mente y el corazón del individuo de repente son estimulados por la presencia de esa misma potente conciencia iluminada, porque la conciencia iluminada estimula lo que ya está ahí. Así pues, una persona muy orgullosa, con un ego muy grande, que resulta estimulada por la conciencia iluminada, va a convertirse en una persona muy poderosa que de repente parece saber mucho acerca de la iluminación, porque la energía de esa conciencia está fluyendo ahora a través de sus células.

El objeto de la práctica espiritual es conocer el ego, familiarizarse íntimamente con sus operaciones y reducirlo o fortalecerlo según se necesite para poder manejar el poder de las fuerzas que probablemente se encontrarán a medida que el trabajo espiritual se profundice.

La inseguridad enmascarándose como inflación

La inflación egoica también enmascara inseguridad; no sólo la inseguridad psicológica, sino también la inseguridad exis-

6. Roberto Assagioli. *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Kairós, 1993.

tencial de la ilusión de separación, de la conciencia de la muerte, de la intuición de que el ego no es el ser autónomo y todopoderoso que él cree que es.

En el campo de la psicología se sabe bien que quienes actúan de modo grandioso, que ostentan, alardean y usan su poder para dañar a otros, están enmascarando sentimientos subyacentes de profundo sufrimiento, inseguridad e inferioridad. En una vida ordinaria, no relacionada con las cuestiones espirituales, una persona podría vestir de manera extravagante, alardear de su dinero y sus propiedades, ser muy musculoso y quizás poseer un revólver; todo en un intento de sentirse valioso, importante, fuerte. Cuando esta misma inseguridad se dirige a los asuntos espirituales, esta persona puede excederse dando discursos *dhármicos* a los demás, siendo demasiado insistente en corregir sus erróneas creencias espirituales, pensando que sus propios logros son más de lo que en realidad son; todo para convencerse a sí mismo y convencer a los otros de que es espiritualmente importante y valioso.

Carl Jung escribió:

> Veremos claramente cómo esta incertidumbre fuerza al entusiasta a magnificar sus verdades, de las que no se siente demasiado seguro, y a hacer prosélitos para que sus seguidores puedan demostrarle el valor de sus propias convicciones. Tampoco es que sea tan feliz en su castillo de conocimientos como para ser capaz de mantenerse solo; en el fondo se siente aislado por ello y el miedo secreto de quedarse solo le induce a repetir como un loro sus opiniones y sus interpretaciones aun fuera de contexto, pues sólo cuando convence a alguien más se siente libre de dudas corrosivas.[7]

7. Joseph Campbell en *The Portable Jung*, pág. 87.

Trabajando con la inflación

Comentando cómo evitar o transformar la inflación, Robert Svoboda observa:

> Creo que es justo decir que es probable que todos experimentemos algún grado de ilusión o de inflación, pero afortunadamente: a) ustedes están dedicados al trabajo y prestarán atención a lo que sucede y serán capaces de atraparse antes de haber llegado demasiado lejos del camino hollado; b) tienen un buen gurú que les dará un toque si hace falta; o c) su ego estará lo suficientemente bajo control como para que no se identifique demasiado con tal ilusión, de modo que eventualmente usted será capaz de reírse de todo ello.

Si se puede trabajar con el ego es porque hay otras fuerzas en juego además del ego individual. Aunque el mecanismo egoico en el interior del individuo se expanda, la Esencia no lo hace. Permanece pura, completa, sin cambios. Si parece que el individuo se ha expandido personalmente es porque se halla identificado con el ego. Pero la persona es algo más que el ego. Cuando se está produciendo la inflación, hay otro aspecto del individuo, aunque quizás inconsciente, que simultáneamente está allí, no inflado, y al que se puede tener acceso. Al trabajar con la inflación se puede tener en cuenta las siguientes sugerencias. Mientras que algunos de estos enfoques surgen naturalmente, otros han de proseguirse con una gran voluntad y otros todavía, necesitan ayuda externa.

El mejor antídoto contra la inflación es la deflación (o desinflación). La deflación se produce cuando la misma vida que ha elevado a la persona la vuelve a poner en su sitio otra vez. Aunque la experiencia vivida de deflación puede ser verdaderamente infernal, es un gran regalo, y aquellos que experimen-

tan la deflación son mucho más afortunados que quienes continúan cabalgando en la alfombra ilusoria de la inflación. Pues aunque la experiencia de la inflación es extática, no constituye el verdadero deseo del corazón.

Ahora bien, para aquellos que descienden de nuevo, la experiencia de "des-inflarse" rara vez es suave. Se ha descrito como parecida al abandono del alcohol o de las drogas, o a la muerte, o al despertarse sobresaltado de un hermoso sueño por un incendio en el dormitorio. El psicólogo Gary Mueller comparte su experiencia:

> El descenso fue como morir. Era como abandonarse a la muerte. En mi propio viaje, hubo un período en el que me hallaba tan identificado con el estar hinchado que el no estarlo parecía una especie de muerte.

Para algunos, la experiencia de descender resulta desconcertante o incluso humillante. Ven dónde han estado y son conscientes también de que otros lo han visto igualmente. E.J. Gold dice que el desconcierto es una experiencia positiva, porque en realidad es el ego el que resulta desconcertado, ¡y el ego es desconcierto! Sus payasadas son desafortunadas y escandalosas, por ello cuando uno desciende de su vuelo con los ángeles y se da cuenta de que estaba volando con carburante tóxico y no con el aliento de Dios, el desconcierto es una respuesta saludable.

Es saludable verse frente a la deflación porque en el momento en que uno lo hace puede apreciar las insidiosas operaciones de la mente y reconocer con qué facilidad uno puede ser engañado incluso por experiencias que siente que son totalmente reales y verdaderas. La experiencia de la inflación seguida del des-inflarse nos hace humildes y trae los peligros del ego al umbral de nuestra casa, a diferencia de ser algo que ocurre "ahí fuera, en el mundo".

Las circunstancias que hacen descender de nuevo al individuo a la tierra pueden ser suaves y ordinarias. Arnaud Desjardins dijo a Gilles Farcet: «Afortunadamente, tengo a mi esposa y a mi hijo viviendo cerca de mí, que no me perdonan ni una. Cuando algo no les gusta, me lo dicen muy directamente, y la mayoría de la gente no lo haría porque soy el maestro. ¡Pero él es mi hijo y ella es mi esposa y me lo dicen y eso es bueno para mí!». Muchos otros de los instructores entrevistados compartían una gratitud parecida. Una esposa, un hijo, una enfermedad o un pequeño accidente pueden darnos un toque cuando nos estamos pasando, aunque no estemos totalmente "inflados".

Conceder crédito allí donde el crédito es merecido

Más tarde, el individuo aprende a estar en guardia contra los peligros de la inflación dando crédito cuando éste se merece, y en este caso el crédito no es del ego ni del individuo a través del cual pasan tales fuerzas. El crédito se debe a Dios, la Verdad o la fuerza impersonal de la conciencia que existe en el mundo, no en el maestro.

Conceder crédito a la gran Fuente de la que procede la experiencia es algo muy importante, pero también muy difícil de hacer. Quienes comprenden intelectualmente este problema, pero no lo han realizado pueden decir cosas como «Está surgiendo la iluminación» o «Una bella experiencia ocurrió a través de mí», o pueden comenzar su nombre con una letra minúscula para demostrar que no se identifican con el ego. La mayoría de las veces, sólo son más juegos del ego, intentando hacer creer a los demás y a sí mismo que no ha habido identificación. Más valdría admitir que uno es arrogante y que cree que está iluminado, en lugar de ocultarlo debajo de la mesa.

Desidentificarse de la experiencia constituye un proceso consciente, deliberado y disciplinado. Comienza con el reco-

nocimiento de que no somos nosotros la fuente de nuestras experiencias y, al mismo tiempo, con admitir que probablemente, en realidad, no lo sabemos y debemos recordarlo una y otra vez. Implica una práctica interna consciente para no consentir el autoengrandecimiento cuando uno es elogiado o cuando sabe que ha hecho un buen trabajo.

Los cumplidos pueden ser verdaderos y las intuiciones pueden no ser adecuadas, pero eso no quiere decir que el ego sea otra cosa que ego como consecuencia de las experiencias ocurridas. Christina Grof cuenta una historia de Ram Dass, una vez que fue a visitar a su hermano, quien había tenido una experiencia espiritual y creía que él era Jesús. En esa época, su hermano iba bien limpio y arreglado, llevaba una bonita camisa, lucía el pelo corto y encajaba bien con la cultura de la época. Ram Dass tenía cabello largo y barba y se parecía a las imágenes de Jesús. Ram Dass dijo a su hermano: «¿Así que crees que eres Jesús?». Su hermano asintió. Entonces, Ram Dass dijo: «Bueno, yo también creo que soy Jesús, pero no creo ser el único».

No prestar demasiada atención a las experiencias

Otra manera de trabajar la inflación es no concediendo demasiada importancia a las exaltadas experiencias de las que generalmente procede. Tal como Danan Henry aprendió de su experiencia con el Roshi Kapleau, esto es muy difícil hacerlo por uno mismo, pues las experiencias son absorbentes o incluso devoradoras. Al ego le gustaría dar mucha importancia a tales experiencias. Se trata de un momento en el que la ayuda de un maestro es de gran valor. Éste es el principio apuntado por la famosa historia zen en la que el estudiante cuenta al maestro sus experiencias cósmicas de unidad universal, a lo que el maestro responde: «¿Y luego qué pasó?».

Mantener la calma

Guardar las experiencias para uno mismo es un modo poderoso de protegerse de la inflación del ego, especialmente si uno no tiene un maestro que pueda ayudar al individuo a trabajar con tales experiencias.

Guardar silencio acerca de las propias experiencias no es un enfoque encubridor del fenómeno, sino más bien un interesante experimento y una consideración valiosa, pues ¿hasta qué punto puede un individuo inflarse por sus experiencias si nadie más sabe que las ha tenido? Las experiencias no necesitan ser contadas y reconocidas para que sean valiosas. Dejan una impresión en el inconsciente y son digeridas e interiorizadas por el individuo con muy poco esfuerzo consciente o incluso sin ningún esfuerzo. El propósito superior no es el mostrarse, sino transformar al individuo en el sentido necesario.

Hay momentos para hablar acerca de las experiencias espirituales significativas, pero rara vez es cuando uno se halla sentado en una silla especial, frente a una sala llena de cientos de personas o escribiendo para una revista o participando en un seminario de crecimiento personal. En general, el valor de hablar sobre las experiencias o escribirlas es afirmar la experiencia, anclarla en el cuerpo y fortalecer la percepción consciente de ella, no alardear, lograr reconocimiento y valoración de los otros, ni siquiera crear intimidad con otros a través del compartir tales experiencias. Estas últimas opciones son demasiado seductoras como para que el ego juegue con ellas.

La intención

Uno de los modos más prácticos de protegerse de la propia inflación es a través de la clara intención de no inflarse. Para tener una verdadera intención de no inflarse (lo cual es distinto de convertirse en víctima de un dictador espiritual interno que dice: «La inflación es mala; no te infles; no te infles»). hay que comprender y valorar los peligros de la inflación. En

el caso de Carl Jung, la intención de terminar su inflación se puso de manifiesto al colocar una pistola en su mesilla de noche. Charles Tart trabajó con sus propias tendencias a la inflación afirmando su compromiso con la realidad. Así describe cómo la intención trabajó en su caso:

> En una ocasión, impartí una conferencia y al terminar unas mil personas se hallaban allí aplaudiendo. Me gustó. Afortunadamente, no sucede demasiado a menudo y bajé del estrado rápidamente cuando empezaron a aplaudir, porque no quería que mi ego se sintiese demasiado orgulloso. Tengo un firme compromiso con la realidad y con el intento de servir auténticamente más que de sentirme bien conmigo mismo.

Quienes creen que no sienten la tentación de la inflación son candidatos destacados para terminar inflados. La cuestión es simplemente si la intención de uno es o no suficientemente fuerte como para permanecer firme ante las seducciones.

Ayuda de la tradición

El siguiente relato, compartido por Llewellyn Vaughan-Lee, constituye una notable articulación de cómo la tradición puede ayudar a sus discípulos a estar en guardia ante la posible inflación:

> Nuestro camino particular ha sido diseñado cuidadosamente desde el siglo XII para minimizar los peligros de que el ego sea gratificado por las experiencias espirituales. Hay una hermosa historia respecto a esto: hace mucho, mucho tiempo, existían los sufíes de Nishapur, en Oriente Próximo. En esa época los sufíes solían usar capas hechas de retales y todo el mundo sabía que eran derviches. Estos sufíes de Nishapur decían: «Miren, si uno emplea capas de retales, todo el mundo le identifica como derviche. Entonces uno empie-

> za a pensar: "Soy un derviche", y el ego comienza a tener una identidad. Nosotros no queremos nada de eso. Queremos usar ropa ordinaria». Pero entonces dijeron: «También esto es peligroso, pues al recorrer el camino uno comienza a tener experiencias espirituales y a pensar: "Ah, soy un buscador, he tenido experiencias espirituales. Soy una persona espiritual". Así que también eso es muy peligroso». Por tanto, en este camino particular, la mayoría de las experiencias se han introvertido hasta tal punto que durante mucho tiempo ni siquiera se sabe que se tienen, hasta que quienes cuidan de uno saben que usted no va a ser devorado por ellas y el ego no va a inflarse demasiado.

Cada sendero, según las necesidades de sus discípulos y las fortalezas y debilidades de la propia tradición, ofrece una protección peculiar a sus discípulos. La tradición judía, por ejemplo, a causa del impacto todavía reciente del holocausto, se halla más centrada en la supervivencia básica que en el problema de la inflación por un exceso de inmersión en éxtasis y raptos, aunque éstos no sean, en absoluto, infrecuentes entre los místicos judíos. Según el rabino Zalman Schachter-Shalomi:

> Nosotros no nos preocupamos excesivamente de la inflación. En primer lugar no tenemos tanta gente. No contamos con multitudes haciendo el trabajo. Para nosotros, el problema no es tanto el que podamos sufrir una inflación, pues mientras permanecemos en el sistema no hablamos sobre nuestro viaje. No decimos a los demás lo que pensamos. Les decimos: «El maestro enseña esto, el rabino dice eso». Así pues, es importante saber a quién se representa. No vamos diciendo: «Yo soy el rabino». Nosotros decimos: «Soy uno de los emisarios, un tentáculo del rabino».

Desde luego, uno también puede inflarse en tal tradición manifestando una pseudo-humildad más que mostrando una

verdadera humildad, pero lo que señala el rabino es que la tradición antigua en la que trabaja ofrece una protección inherente contra la inflación del ego.

La inflación es natural

La inflación es natural y debería esperarse que surja de vez en cuando. Claudio Naranjo explica cómo ocurre:

> Yo creo que se puede decir que uno puede tener experiencias espirituales y al mismo tiempo sufrir una regresión psicológica [...]. Esto ocurre en la gente que realmente realiza un avance muy importante, lo cual implica experiencias que resulta muy difícil denominar de otro modo que espirituales, pero que no ha trascendido suficientemente su ego, y sus experiencias espirituales van unidas a una intensificación de su narcisismo. Yo pienso que esto no es excepcional, que no se trata de un desarrollo aberrante. Al contrario, más bien parecería que se trata de una norma general [...]. Me inclino a creer que todas las religiones extáticas están contaminadas por el ego; que incluso en el mejor místico, las experiencias extáticas son reflejo de la verdadera espiritualidad en el imperfecto espejo del ego [...]. Es como si la irrupción espiritual o el amanecer de la espiritualidad tuviera que ser interpretada siempre por una personalidad que todavía no ha madurado.[8]

Lo específico de la perspectiva de Naranjo sobre este tema, una perspectiva lograda a partir de muchos años de experiencia personal y de lucha con la inflación, es su paciencia y su aceptación del proceso. Sugiere que puesto que la tendencia

8. Claudio Naranjo, *«An Interview with Claudio Naranjo»*, en Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber. *Spiritual Choices*. N. Y.: Parangon House, 1987, págs. 204-205.

subyacente hacia la inflación o "complejo mesiánico", está ya presente, vale la pena dejar que salga de la jaula y que viva un poco, dejarle un pequeño espacio:

> Si hay que trascender el complejo mesiánico, hay que reconocerlo primero con toda claridad. Hay que permitir que se exprese su grandiosidad. Desde luego, hay peligro de quedarse estancado, así como el riesgo de hacer que otros se desvíen, pero es como si hubiera una franja o un nivel en el que la inflación resulta inevitable, y al mismo tiempo sirve como paso para el siguiente peldaño de la escalera.

Finalmente, Naranjo se refiere a los posibles beneficios de la inflación cuando dice: «El entusiasmo narcisista de la persona que están atravesando tal proceso no se desperdicia. Infecta a otros y estimula el proceso en otros, de tal modo que puede ser de ayuda en el trabajo.»

Teniendo en cuenta, pues, todos los aspectos de la inflación, la cuestión no es si el individuo se infla o no, sino si posee la integridad y la voluntad de verlo con claridad y responsabilizarse. Responsabilizarse significa ser consciente de la tendencia a inflarse; reconocerlo lo mejor que nos sea posible cuando nos hallamos en el proceso de inflación; invitar a otros a que nos den su opinión acerca de nuestro estado actual, y no consentirlo mediante una actitud descaradamente proselitista y otras formas de autoengrandecimiento. Trabajando efectivamente con los peligros de la inflación, minimizamos de forma considerable las posibilidades de suponer que estamos iluminados antes de tiempo.

El capítulo siguiente, «El "gurú interior" y otros truismos espirituales» explora otra forma común de autoengaño en el camino espiritual en el que el individuo manipula truismos espirituales en un intento inconsciente, basado en el ego, de sabotear un encuentro con la Verdad sin adornos.

11. EL "GURÚ INTERIOR" Y OTROS TRUISMOS ESPIRITUALES

> Estoy realmente horrorizado con lo que sucede entre nosotros estos días. Cualquiera que ha comenzado hace poco a meditar, si se hace consciente de palabras de este tipo durante su autorrecogimiento, las pronuncia afirmando que son obra de Dios; y convencido de que así es, sigue proclamando: «Dios me ha dicho esto» o «He obtenido esta respuesta de Dios». Pero todo esto es ilusión y fantasía; en esos casos, uno no hace más que hablarse a sí mismo. Además, el deseo de estas palabras y la atención que se les da, termina por persuadir a los hombres de que todas las observaciones que se dirigen a sí mismos son respuestas de Dios.[1]
>
> SAN JUAN DE LA CRUZ

«El gurú interno me guía», «Todo es mi maestro», «Todo es una ilusión», «Todo es uno». Estas afirmaciones son frecuentemente utilizadas por los buscadores espirituales ade-

1. San Juan de la Cruz, en Evelyn Underhill, *Mysticism*, pág. 449.

lantándose a los acontecimientos y presumiendo estar iluminados mucho antes de que sea así. Cada una de tales afirmaciones se convierte en un vehículo para el autoengaño extendido por todas partes, rara vez se entienden y encarnan como las Verdades que representan. También entran en esta categoría las nociones de guía interior, sabiduría canalizada, el yo superior/interior, seguir el propio corazón, escuchar la voz de Dios, la intuición, etc.

En última instancia, el "gurú interior" se refiere al hecho de que el gurú no es distinto del yo consciente. «Todas las cosas son mi maestro» significa que se puede aprender de todas las circunstancias de la vida. «Todo es ilusorio» sugiere que la vida tal como la percibe el ego común es completamente ilusoria. «Todo es uno» es una afirmación de la realidad no-dual. Todos los libros espirituales hablan de estas verdades, y cualquier buscador inteligente puede captarlas intelectualmente, quizás incluso experimentar momentos de intuición y claridad acerca de ellas. Pero la comprensión intelectual o la captación temporal son muy distintas del morar permanentemente en la Verdad o la Realidad.

El problema

El problema que tiene jugar con verdades elevadas es que, una vez más, el ego las adopta rápidamente, las explota para sus propios propósitos y las utiliza para justificar otras ilusiones y distracciones, así como para manipular a otros. Estos truismos –con todo su ropaje fantástico– se usan como justificaciones para la conducta inapropiada, para evitar la responsabilidad y nos hacen creer que estamos más iluminados de lo que realmente estamos.

El gurú interior

El concepto del gurú interior es uno de los más engañosos de todos los truismos populares. Aunque el término se refiere a algo en última instancia real, de los muchos que creen estar siguiendo este principio sólo unos pocos son capaces de hacerlo efectivamente y con constancia. Para seguir coherentemente, escuchar con claridad y seguir la exigente guía del gurú interior se necesita un alto grado de madurez humana, una madurez que se logra a través de la *sadhana* espiritual y no leyendo libros espirituales o escuchando a luchadores de la libertad de la Nueva Era proclamar el mensaje.

Georg Feuerstein aborda el fenómeno del gurú interno con cautela:

> Como una primera forma de evitación bastante frecuente, los buscadores tienden hábilmente a reemplazar el gurú externo exigente por el cómodo "gurú interno". En otras palabras, sucumben a la necesidad de preservar su identidad egoica. El gurú interior al que muchos buscadores confían su carrera espiritual es frecuentemente una ficción de su imaginación, un producto del autoengaño.

Un canal popular de tales mensajes procedentes del "gurú interior" es el mundo de los sueños. En las tradiciones gurú-céntricas se dice que si uno sueña con el gurú puede ser un mensaje procedente del gurú verdadero. Al oír esto, el ego, ansioso por confirmar cualquier ilusión en la que se halle inmerso, crea un sueño en el cual él se disfraza como si fuera el gurú interno y confirma su anhelado deseo. Una mujer que comenzó su discipulado con un famoso gurú indio abandonó sus estudios formales cuando, en un sueño, se le apareció su gurú y dijo: «No necesitas venir a verme más. Ahora estoy dentro de ti».

Aunque en un estado avanzado de la vida espiritual, ciertamente se sigue al gurú interior, para la mayoría de los aspi-

rantes esto no es una apuesta muy segura. El gurú representa el Absoluto, la Verdad, y constituye una expresión de ello. El gurú no es distinto del yo consciente, como las escrituras dicen, pero ¿de qué "yo" se es consciente?

Algunas personas constituyen una excepción a la regla y establecen una relación activa, viva, con el gurú interior o con un gurú fallecido. En algunos casos estos individuos han seguido y trabajado de cerca con un maestro viviente durante un buen número de años antes de que el maestro muriera y han hecho la suficiente *sadhana* espiritual como para que la relación con su gurú fallecido no resulte obstruida por el ego. Más raro es todavía aquel que goza de una relación inmediata con un gurú fallecido al que nunca conoció, como sucede en algunos devotos cristianos o judíos con Jesús o con Dios. Estos individuos han seguido un intenso proceso de autoinvestigación hasta el punto de ser capaces de mantener comunicación con su maestro definitivo y recibir respuesta fiable de él, maestro al que experimentan dentro de sí mismos. En algún momento, el gurú exterior nos conducirá al gurú interior; simplemente debemos tener mucho cuidado para discernir cuándo se ha convertido en una realidad para nosotros.

Escuchar la voz interior y "seguir el propio corazón"

La voz interior ciertamente existe, pero ¿de quién es esa voz? La gente a menudo no se da cuenta de que aunque la "voz interior" existe, muchas voces interiores coexisten, hablando cada una de una realidad diferente. G.I. Gurdjieff analizó la noción de los "múltiples yoes" o los varios "yoes" que existen en el individuo. Unos "yoes" parecen muy espirituales, otros son retorcidos y otros compasivos.

La mayoría de la gente ha oído voces toda su vida, pero no lo sabe, pues esas voces constituyen la fábrica del pensamiento ordinario: el que se queja es un "yo", la rabia es un "yo", el miedo es un "yo". Pero cuando "yoes" con voces o mensajes

espirituales comienzan a emitir, rápidamente son catalogados como la "verdadera" voz. El escritor Joseph Chilton Pearce, practicante espiritual de toda la vida y reconocido por sus contribuciones al campo del desarrollo humano, preguntó a un entusiasta buscador espiritual joven: «Si uno realmente cree que todo es Dios, ¿por qué sentiría la necesidad de rotular una voz como "la voz de Dios", situándola por encima de otras?».

Una idea cercana a la de la voz interior es la seguir el propio corazón. Es cierto que en última instancia hay que seguir al corazón y que el verdadero corazón no miente. Pero ¿cómo saber cuándo estamos escuchando este corazón? La mayoría de las personas no tienen ni idea de qué es su corazón, nunca lo han sentido ni le han oído hablar. La mayoría de los mensajes que atribuyen a su corazón proceden, en realidad, de su mente, si bien pueden hablar de manera amorosa, tierna y cariñosa.

Quienes están dispuestos a cuestionar los deseados mensajes del corazón y las voces interiores a menudo descubren que no son lo que parecen. El ego es infinitamente listo y si hace falta expresará sus propios deseos tras la capa de la voz interior o del corazón.

El maestro está en todas partes. La vida es el maestro

El maestro está en todas partes, pero la gente rara vez sabe cómo percibir o interpretar sus enseñanzas. La vida es el maestro, pero las personas están tan ocupadas intentando manipularla y resguardarse de ella y son tan mecánicas en sus relaciones con ella, que a menudo pierden la enseñanza. Si bien el maestro está en todas las cosas y en toda la gente, si las personas no cambian radicalmente como resultado de la influencia de un maestro tan amplio e indirecto, quizás necesiten buscar en otra parte. Georg Feuerstein observa: «Buscar al maestro en todas las cosas puede fácilmente convertirse en un viaje

mental, una excusa para un enfoque desenfadado de la espiritualidad».[2]

Si fuera tan simple como decir: «El maestro está en todas las cosas», esto supondría que no necesitaríamos más que levantarnos por la mañana para progresar espiritualmente. Quizás sea así. Quizás el alcohólico que golpea a su hija pequeña está siguiendo el camino espiritual y la vida está enseñándole, y quizás el asesino/violador es un alumno de la vida, pero si la vida es el maestro, entonces hay muchos malos estudiantes.

Todo es una ilusión

El peligro de decir «Todo es una ilusión», «Todo es uno» o «Todo es un sueño» es que también esto puede convertirse fácilmente en una excusa para hacer todo lo que uno quiere y consentir cualquier exceso. Si todo es una ilusión, no importa si hacemos daño a los demás o si destrozamos nuestros cuerpos con drogas y alcohol, porque nuestros cuerpos, de todos modos, no son reales. Si la vida no es más que un sueño, ¿por qué no coger todo lo que podamos sin tener en cuenta a cuántos tengamos que pisotear para conseguirlo y cuántos tendrán menos a causa de nuestro egoísmo? Si todo es uno, entonces no hay bien y mal, justo e injusto, así que ¿por qué no engañar, mentir y robar?

Nos beneficiamos con la realización de que la realidad absoluta no niega la realidad relativa, La no-dualidad no cancela la dualidad. Aquellos que comprenden verdaderamente los principios esotéricos del "gurú interior", del "todo es uno", del "maestro está en todas partes" (a diferencia de quienes han tenido intuiciones profundas pero efímeras) nunca enarbolan tales verdades como reacción a los restos de su psique o su psicología. Antes al contrario, se sienten humildes ante la majestad de la realidad que han vislumbrado, de tal modo que eso

2. Ibíd.

los impulsa hacia un mayor servicio y una mayor participación en el mismo mundo real de la dualidad, el mundo en que todos vivimos.

Distinguir la verdadera voz (el Gurú, el Maestro, la Realidad) de los sonidos parecidos

¿Cómo diferenciar la voz verdadera de las falsas? Ésta es una pregunta crucial que no puede responderse en términos concretos. Ninguna fórmula nos enseñará esta habilidad y no existe ninguna prueba definitiva para mostrar si la interpretación de los mensajes internos que uno recibe es correcta o incorrecta.

La mejor ayuda para aprender a discriminar entre los mensajes verdaderos y los falsos es permanecer constantemente consciente del hecho del autoengaño: lo frecuente que es, cómo tiene lugar en todos los niveles del desarrollo espiritual de modos cada vez más sutiles y cómo incluso los más grandes maestros pueden cometer errores. Ser conscientes del autoengaño implica estar constantemente cuestionándose uno mismo, sin creer nunca que uno se encuentra más allá de todo error.

Dado el grado de autoengaño implicado y el hecho de que cualquiera puede obtener cualquier mensaje y hacer que suene exactamente como la voz interior, el proceso de aprendizaje para reconocer la auténtica voz interior no llega fácilmente. Llewellyn Vaughan-Lee ofrece un método:

> En mi experiencia, el mejor modo de diferenciarlas es seguir la voz del ego, pensando que es el yo superior, y después caer en el lodo. He hecho eso muchas veces y no hay nada que te despierte más que tus propios errores [...]. A la larga, llegará usted a percibir que la vibración es distinta cuando se trata de la voz del ego y cuando se trata de la voz del yo superior.

Puesto que la voz interior se presenta de manera diferente a cada individuo, e incluso en el mismo individuo puede hablar de modos diferentes en distintos momentos, no hay ningún *test* general para reconocerla. La voz del yo superior habitualmente no promueve beneficios personales. Rara vez se refiere a algo de utilidad personal y a menudo realiza sugerencias que no coinciden para nada con los gustos del individuo. La verdadera voz interior tiende a dirigir a uno hacia las necesidades de los otros y las necesidades de la vida.

Aquellos que son verdaderamente capaces de discriminar entre las voces verdaderas y las falsas dicen que con el tiempo se vuelve obvio cuándo está hablando la voz interior (o la voz del maestro.) En *The Bond with the Beloved*, Vaughan-Lee escribe:

> Poco a poco, la mente se familiariza con el modo en que el Amado habla al amante y aprende a no interferir. El establecimiento de la calma posibilita que la mente funcione con una nueva claridad y aprenda a distinguir la voz del ego de la voz del Yo. Este conocimiento posee una cualidad diferente de la del conocimiento ordinario; no se trata de un proceso de entender algo, sino que de repente el conocimiento está ahí.[3]

Arnaud Desjardins: recordar al maestro externo

Desde luego, el "gurú interior" no es una palabra vacía, pero el maestro a quien he encontrado en la condición física (no el llamado "gurú interno") es el maestro físico que he conocido, a quien he escuchado, el que me ha dicho esto y aquello. No sólo el maestro interno, sino recordar al maestro

3. Llewellyn Vaughan-Lee. *The Bond with the Beloved.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1993, pág. 109.

externo, incluso si el maestro es completamente uno conmigo en el nivel de la relación no-dual. Estoy hablando de algo muy concreto y necesario para aquellos que no han alcanzado el nivel supremo del despertar [...]. Aquel que no es una Ma Anandamayi o un Ramana Maharshi y que empieza a enseñar debería recordar al maestro exterior (su mirada, su voz, sus palabras) [...] y preguntar: «¿Le soy fiel? Si el maestro estuviera aquí, mirándome, escuchándome, ¿estaría totalmente a gusto? ¿Sí o no?».

Pero incluso para hacer esto, la relación con el propio maestro debe haber sido y seguir siendo muy fuerte. Puede llevar mucho tiempo edificar esto. Insisto en la conveniencia de recordar al maestro externo. Si interiormente olvido quién era mi maestro, qué enseñaba y qué decía, entonces traiciono al maestro.

En última instancia, nuestro objetivo es vivir por la voz interior, el gurú interior, aprender de toda la vida y morar en la realización de la perspectiva no-dual que afirma que "todo es uno". El que estas realidades a menudo se manipulen y utilicen al servicio del autoengaño no niega su valor. El primer paso hacia una efectiva comprensión de su verdadero significado es exponer las falacias a las que se hallan sujetas.

Parte III:

LA CORRUPCIÓN Y SUS CONSECUENCIAS

¿Por qué existe la posibilidad de la distorsión? ¿Por qué existe la posibilidad de la falta de pureza? Si examinamos esto se suscitarán algunas cuestiones fundamentales. Si la gente se pregunta esto sinceramente, será llevada a un nivel superior de su propio trabajo espiritual. El hecho de que hay distorsión, de que existe la posibilidad de que la producción sea falsa, debería añadir un importante elemento al propio trabajo espiritual.

JAI RAM SMITH

Los riesgos de la experiencia mística y de la tendencia del ego hacia el autoengaño se magnifican y tienen cada vez más consecuencias cuando uno comienza a interactuar con otros partiendo de la base de la presunción de iluminación. Esta tercera parte examina la naturaleza del poder y de la corrupción, así como lo que sucede cuando aquellos que poseen poder personal (ya se base en la pura fantasía o en algo genuino, pero sólo parcialmente desarrollado) entran en el terreno de la enseñanza.

12. EL PODER Y LA CORRUPCIÓN

> Aunque Dios es la fuente última de toda energía, el yo tiene tendencia a emplearla mal para sus propios propósitos ignorantes.[1]
>
> BERNADETTE ROBERTS

«Es fácil ser monje en lo alto de una montaña», se dice, y con razón. En la montaña, a solas, uno no tiene que pelear más que con su propia mente y sus fuerzas internas. Mientras el monje permanece recluido (aunque piense que está iluminado mucho antes de que sea así) no hace daño, excepto a sí mismo, por supuesto. Pero cuando desciende de la montaña y vuelve a entrar en el mundo de las relaciones humanas, todo se manifiesta externamente. Toda tendencia interna hacia el abuso de poder –lo que llamamos "corrupción"– tiene una contraparte externa. Además, el mundo externo a menudo no aporta claridad y verdad, sino que hace de espejo de la corrupción interior. Los mundos interno y externo están llenos de oportunidades para que se manifieste la corrupción en el

1. Bernadette Roberts. *The Path to No-Self.* Boston, Massachusetts: Shambhala, 1985, pág. 174.

individuo que tenga aunque sea una mínima vulnerabilidad no revelada a las seducciones del poder.

El poder no es algo malo en sí mismo. Sólo los individuos verdaderamente poderosos son capaces de producir cambios positivos en los otros y en el mundo. Los grandes políticos, líderes espirituales e individuos menos conocidos que han influido y afectado sus entornos son todos ellos personas poderosas. El poder en sí mismo es una fuerza neutral, objetiva, que sólo se corrompe cuando se usa con propósitos egocentrados o egoístas. Por ejemplo, el poder de la CEO es útil cuando ofrece un entorno laboral saludable para los empleados de la compañía, no explota los recursos humanos ni los materiales y ofrece un servicio necesario a la gente. Ese mismo poder se corrompe, no obstante, cuando se usa para propósitos puramente egocentrados: controlar a los otros, acumular irracionalmente almacenes de recursos mientras otros luchan para obtener lo mínimo, producir productos que dañan el entorno, etc.

Joel Kramer y Diane Alstad, coautores de *The Guru Papers*, afirman:

> Las corrupciones del poder tienen lugar cuando mantener el poder se convierte en algo fundamental y más importante que su efecto sobre los otros. Aunque este peligro está presente en toda interacción humana, cuando las posibilidades de corrupción se magnifican es cuando se unen el poder y la posición...[2] La jerarquía y la autoridad forman parte del paisaje humano. Ambos se tornan autoritarios cuando su principal tarea pasa a ser el mantenimiento del poder.[3]

La mayoría de los maestros espirituales detenta un enorme poder personal, incluso si se trata de pseudomaestros o maestros no totalmente realizados. Muchos estudiantes espi-

2. Joel Kramer y Diane Alstad en *The Guru Papers*, pág. 12.
3. Íd., pág. 18.

rituales detentan igualmente tal poder. Este poder es neutro en sí mismo, un prerrequisito para guiar con eficacia a los otros. Ahora bien, hay que estar vigilante para percibir cuándo el ego y el deseo se mezclan con ese poder hasta el punto de dominarlo.

Poder y corrupción

Todos conocemos el sabor del poder. Quienes no lo experimentan, sueñan con él y quienes lo experimentan a menudo intentan conseguir cada vez más. El poder es una gran potencia. Es una tirita sobre la herida del sufrimiento. Cuando uno se está elevando en las alas del poder, siente que ha trascendido el sufrimiento. El poder puede parecerse a la inmortalidad, al estado inmortal.

Todos los textos espirituales alertan sobre los peligros de adquirir demasiado poder con excesiva rapidez. Si uno no entiende qué es el poder y cómo trabajar con él, se corrompe con facilidad. Muchas tradiciones recomiendan especialmente evitar el desarrollo de poderes psíquicos o *siddhis*, porque estos pequeños poderes pueden ser tan atractivos que uno resulta fácilmente seducido por ellos, olvidando el camino hacia el verdadero poder. El poder fácilmente se hunde en las entrañas de la autoobsesión y el ego engorda de su propia gloria.

La corrupción del poder tiene lugar en todas las esferas de la vida, incluida la vida espiritual. Quien camina por el sendero espiritual aprende rápidamente que el tener un grado de realización no exime a uno de cualquier fallo o debilidad humana. Tal como sugerimos antes en nuestro análisis del materialismo espiritual, el impulso al poder y las tendencias a la corrupción que acaecen en la vida ordinaria se transfieren directamente al sendero espiritual. Los mismos egos que dirigen las fuerzas armadas entran en la vida espiritual.

Las semillas de la corrupción se hallan ocultas en todos nosotros. No podemos estar seguros de si echarán raíces hasta que somos puestos a prueba. Sólo quienes han tenido muchas oportunidades de corromperse y les han dado la espalda a todas ellas pueden decir que probablemente sean dignos de confianza ante la posibilidad de recibir un gran poder.

Antes de ayudar a Arnaud Desjardins en su enseñanza, Gilles Farcet pasó muchos años como periodista en París y describió la dinámica del poder que contempló a medida que varios individuos subían los peldaños del poder:

> Mientras no eres famoso, eres sólo un muchacho. Quizás tienes una familia o muchas novias y tratas de ganarte la vida. Pero, de repente, te haces famoso y es muy difícil. Las fronteras de tu vida se expanden cada vez más de manera muy estimulante. Al mismo tiempo, si no eres muy fuerte y muy maduro, te pierdes, porque ¿qué hacer cuando puedes hacer todo? Puedes hacer el amor con todas las mujeres que quieras, comprarte quince coches y quince casas, ir a Nueva York para el día de la Concordia. Ya no tienes límites y te vuelves un poco loco. Si uno no tiene el equipo emocional para hacer frente a eso, se pierde y queda atrapado en su propio juego. Esta dinámica no es especial en el caso de la gente espiritual, se trata simplemente de una dinámica de la vida.

Farcet desarrolla lo anterior narrando una discusión que tuvo con la productora de una cadena de televisión muy popular en París:

> Ella me dijo que para las nuevas comedias siempre contratan actores desconocidos, actores jóvenes. Decía que en el instante mismo en que la obra va a pasarse en televisión y la persona va a hacerse famosa y a salir en las portadas de las revistas, saben que éste o esta joven, que es muy dulce y

> amable y está tan contento de haber sido contratado, va a cambiar. Literalmente, de un día a otro, éste o esta dulce joven va a convertirse en el hijo de puta más asqueroso que nunca hayas visto. Ella está en este campo desde hace muchos años y ha visto que siempre sucede, quizás con alguna excepción. Decía que estos actores y actrices jóvenes no pueden controlarse y que cuando su estrellato comienza a declinar se vienen abajo. Es una especie de ley.

El que todo el mundo sea corrupto en un grado u otro no es necesariamente un problema. La tendencia a la corrupción parece ser parte de la naturaleza humana, al menos parte de la naturaleza humana occidental contemporánea. Ahora bien, hay grados de corrupción y justamente los más corruptos son con toda probabilidad los menos conscientes de las fuerzas que los mueven.

No sólo todo el mundo es corrupto en algún grado, sino que la gente participa en la corrupción que les rodea cuando no actúan contra ella. El ejemplo más grave en la historia reciente es la Alemania de Hitler, en la que millones de personas no hicieron nada mientras se asesinaba a otros millones de personas. Pero esta negligente participación en la corrupción sucede con frecuencia también en nuestras vidas diarias.

El poder no es lo mismo que la iluminación

Mucha gente asume de forma inconsciente que los individuos carismáticos y eruditos (especialmente aquellos que poseen un "brillo" espiritual o una sólida captación del *dharma* espiritual) están realmente iluminados. Pero el verdadero poder no resulta necesariamente perceptible al ojo ordinario. Hay muchos ejemplos de grandes maestros zen que llegaron a Occidente y trabajaron en lavanderías o tiendas de donuts du-

rante años, antes de que nadie reconociera sus poderes; o de grandes santos de la India que vivieron como mendigos en las calles, soportando el desdén de las masas, antes de ser reconocidos por lo que eran. Por otra parte, las llamativas manifestaciones de poder (como la moda actual de "caminar sobre fuego", o las populares demostraciones pseudotántricas) no son signo de un poder genuino.

Además, incluso si uno posee verdadero poder, esto no significa que el poder del ego se haya disipado. Andrew Cohen dice: «La mayoría de la gente no se da cuenta de que el ego y la realización profunda pueden coexistir. A causa de ello, mucha gente ha tenido dificultades».[4]

Los buscadores espirituales que nunca se han permitido acceder a experiencias fuera de los confines ordinarios del ego (o que nunca reconocen tales experiencias cuando surgen) a menudo resultan muy impresionados por las manifestaciones del poder psíquico, creyendo que tales poderes siempre indican un estado iluminado. Decir que la iluminación se manifiesta siempre en el despliegue de poderes sería como decir que el único pavo real auténtico es el macho, ya que es el único que muestra sus brillantes plumas, y que la hembra, como mantiene su poder oculto, no es realmente un pavo real. Sin embargo, al igual que el pavo real macho, que usa sus plumas con un propósito puramente funcional, el individuo con verdadero poder lo usa sólo cuando es necesario y sería igualmente poderoso si nunca manifestase sus poderes a otros.

4. Andrew Cohen, «Enlightenment is neutral», en *What is Enlightenment*, 1, n.° 2 (julio 1992), pág. 8

La corrupción a continuación de una experiencia de despertar

La corrupción en la vida espiritual ocurre generalmente después de que alguien haya tenido una experiencia súbita de despertar o de iluminación. Como esas experiencias son tan potentes y están en contraste directo con lo que la persona ha experimentado hasta ese momento, empieza a pensar: «¡He encontrado la llave. *Yo soy* Dios. La gente tiene que oír lo que *yo* he de decir!». Es muy fácil corromperse en este punto. Si uno empieza a anunciar su recién descubierto poder y comienza a enseñar, puede encaminarse a una caída. Claudio Naranjo se encontró justamente en esta situación:

> En un momento dado me hallé en el punto de haber evocado en la gente una notable voluntad de escuchar o seguir lo que decía, y comencé a usar mi autoridad. La utilicé bien al comienzo, luego no tan bien. Al principio la empleaba muy ligeramente y casi me limitaba a invitar. Lo primero que prescribía a los estudiantes eran cosas muy correctas. Más tarde comencé a abusar de esa autoridad y a decirme a mí mismo que tenía algo que prescribir a todo el mundo. Me pasé y empecé a forzar las cosas. Comencé a pedir cosas que cada vez eran más difíciles de llevar a cabo. Empecé a sentirme más inseguro, más provocado, y comencé a descartar a la gente que implícitamente suponía un reto para mí y a invalidarles mostrando su patología. Puede que fuera apropiado hasta cierto punto y creo que hice mucho bien, pero había un mal motivo. Cuanto peor era el motivo, menos buenas eran mis prescripciones, hasta que puse fin a todo ello. No sentía que la autoridad interna estuviera en esa postura.[5]

5. Claudio Naranjo, «An interview with Claudio Naranjo», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 206.

La corrupción después de quemarse

El rabino Zalman Schachter-Shalomi indica cómo puede ser mal utilizado el poder en el camino espiritual judío:

> Quemarse es el primer peligro, pues no se llegará al lugar de la maestría si no se tiene visión. Y cuanto más amplia es la visión, más tareas se ven frente a uno y todos esos trabajos a realizar se precipitan sobre uno. Resulta fácil impacientarse con uno mismo y con los demás: que todo lo que necesita hacerse no se está haciendo, que las cosas no se desarrollan tan rápidamente como deberían, etc. A veces la gente se vuelve agria y colérica. Y se ve venir una avalancha: la cantidad de trabajo, no tener tiempo para realizar un examen de conciencia y analizar dónde está uno y para quién está trabajando, etc. Sin un ego fuerte, no se puede realizar el trabajo, pero si la fuerza del ego llega a ser demasiado grande, puede convertirse en egomaníaco, y eso tampoco es que sea una maravilla. En lugar de mirar a la gente que viene a uno y considerarse como aquel que tiene que ayudarles, se comienza a ver a esas personas como "burros de carga". Es casi como si se creasen fábricas de esclavos para producir lo que haga falta.

La forma de corrupción de la que Reb Zalman habla es semejante a la descrita por Naranjo, en el sentido de que lo que comienza como un motivo genuino y positivo puede fácilmente perderse cuando se olvida el contexto inicial del que surgió originalmente la motivación. Incluso el deseo de servir a una gran obra puede convertirse en excusa para caer en acciones corruptas.

La corrupción como resultado de niveles crecientes de seducción en el camino espiritual

Una idea errónea muy común sobre la vida espiritual es que las tendencias hacia el poder, la ambición, la seducción, etc.

disminuyen a medida que uno avanza en el camino. Por el contrario, la vida espiritual con frecuencia crea en el individuo los mismos poderes con los que luego ha de enfrentarse. Muchos maestros y estudiantes espirituales avanzados afirman que las tentaciones de poder y de seducción aumentan a medida que uno avanza en la vida espiritual.

En el camino espiritual, el ego se fortalece y al mismo tiempo disminuye. A medida que la mente egoica se vuelve más poderosa, crece la astucia para autoengañarse. El aumento de poder va asociado con la creciente posibilidad de que ese mismo poder se corrompa. Pero también es cierto que a medida que aumentan las seducciones aumenta también la habilidad de trabajar con ellas. La píldora se hace más grande, pero también más fácil de tragar.

La posibilidad de tener poder y de corromperse está en todos nosotros. Sólo a través de un proceso de intensa purificación y práctica espiritual se puede uno enfrentar con la propia vulnerabilidad y, en algunos casos, superarla. Cuando un maestro que aparentemente tenía una gran integridad actúa de manera corrupta, la gente a veces queda impresionada, «¿Cómo puede haber ocurrido esto?», preguntan, como si hubiera tenido lugar algún suceso inusual y sin precedentes. Desde luego, se trata de una situación dolorosa, pero para quien comprende su propia tendencia a la corrupción, el evento no es un misterio.

Jai Ram Smith: «Soy un falso maestro»

Soy un falso maestro. Yo soy uno de ellos. Pedí poder. Pedí a mi maestro una posición de poder, para guiar a otros y me la concedió. Cuando me dio ese poder estaba más cerca que nunca de todo lo que siempre había querido en este

trabajo. Estaba comprendiendo el otro lado de la existencia cuando miré a través del pequeño agujero en la valla metafórica.

Cuando la gente empezó a llegar a mí como maestro –especialmente las mujeres– inmediatamente me vi impulsado a querer estar con todas las mujeres de la comunidad. No era capaz de empuñar la energía y el poder que tenía y decir: «Esto es algo que ha de emplearse para el servicio. No tiene nada que ver conmigo». Cuando se te viene encima el poder, si tienes un eslabón débil en el circuito y la energía fluye por el circuito, encuentra ese eslabón débil. Ésa es la naturaleza del poder.

En realidad, en ese momento era incapaz de verlo. Es como algo que golpea en tu punto ciego. Realmente pensaba que lo que estaba realizando con todas las mujeres iba a funcionar bien. Me había entrenado en el trabajo espiritual y me parecía claro que estaba ocurriendo algo muy positivo. Pero había otras cosas que ocurrían en la sombra.

Según mi propio análisis, fallé en la tarea que se me había concedido. No fracasé completamente, pero me levanté contra algo con lo que no podía. Mi matriz estaba incompleta. Todavía no estaba integrado. A veces el proceso de aprendizaje no es sobre lo que se tiene. Creo que la mayoría de la gente que me rodea sabe lo que puedo ofrecer y sabe también lo que me falta. Buena parte del trabajo espiritual no tiene que ver con aumentar lo que uno ya tiene, sino con un aprendizaje de lo que a uno le falta.

Evitar los peligros de la corrupción en la vida espiritual

Una de las mejores protecciones que uno tiene contra la propia corrupción en la vida espiritual es aprender cómo manejar eficazmente la corrupción en la vida mundana. En la vida espiritual todo se intensifica. Todas las tendencias al abuso de

poder y la corrupción se vuelven más seductoras y el precio del abuso de tal poder es también mayor. Incluso quien puede manejar el poder en sentido mundano va a ser asaltado por otro tipo de tentaciones cuando entra en la vida espiritual.

Desgraciadamente, la mayoría de los estudiantes espirituales no han tenido una amplia experiencia con la dinámica del poder y la corrupción en sus vidas diarias. Muchos se encuentran en el camino espiritual porque la vida mundana no les fue bien y no tuvieron éxito en sus juegos de poder. Otros que han tenido poder en el mundo todavía tienen que luchar con problemas similares en la vida espiritual, tanto porque tales tendencias son todavía fuertes en ellos, como porque tener poder no necesariamente les enseña cómo administrarlo. Así pues, llegan al camino espiritual y tienen que aprender "sobre la marcha", a menudo mediante muchos ensayos y muchos errores.

La corrupción existe porque también existe la posibilidad de pureza

La corrupción existe a gran escala. Desgraciadamente, para mucha gente tal corrupción ha dejado cicatrices y producido cinismo respecto al valor de la comunidad espiritual, la práctica espiritual y la necesidad de autoridad espiritual benévola. La gente que se ha "quemado" (desilusionada por la autoridad espiritual o por su propia comprensión de la insidiosa dinamica del ego) a veces realiza afirmaciones negativas radicales sobre la posibilidad de pureza e integridad en la vida espiritual. Ahora bien, mantener tales presuposiciones supone también rechazar las propias posibilidades más elevadas de pureza e integridad y constituye una grave pérdida. En un artículo titulado «Corrupción, pureza e iluminación», Andrew Cohen articula la necesidad de ir más allá del cinismo

antes de poder descubrir la posibilidad de pureza e impecabilidad radicales.

> En estos tiempos hay una fuerte corriente de cinismo acerca de la posibilidad de pureza en la autoridad espiritual. Ciertamente, la mayoría de las autoridades han fracasado a la hora de mantener o demostrar la perfección como una posibilidad fiable. A demasiados de aquellos que han proclamado estar iluminados se les ha hallado un grado u otro de corrupción, a pesar de los extraordinarios logros espirituales. Esto ha sido muy destructivo y ha creado una atmósfera de desilusión y escepticismo.
>
> Se ha de permitir que la gente crea que es posible que un ser humano recorra todo el camino [...] Sólo aquellos individuos incorruptibles en la pureza de su deseo de liberación evitarán que continúe el lío de confusión y corrupción que constituye la norma en el mundo espiritual actual. Aquellos que se quejan de que la hipocresía y la corrupción de las autoridades espirituales se acepta, se tolera y hasta se condona con demasiado facilidad, deben mirar profundamente para hallar qué grado de compromiso y confusión están dispuestos a ocultar en sí mismos.[6]

Los maestros entrevistados para este libro demuestran la posibilidad de integridad y virtud en la vida espiritual. La corrupción sólo existe en relación con la pureza, con la posibilidad de elevarse por encima de la corrupción. La gente se corrompe porque la esencia del individuo es inmaculada. De este modo, darse cuenta de la dinámica de la corrupción en uno mismo y en el mundo externo idealmente sirve como inspiración para hallar en uno mismo y en los otros aquello que es puro.

6. Andrew Cohen, «Corruption, Purity and Enlightenment», *What is Enlightenment?* 1, n.° 2 (julio 1992), pág. 1.

13. COMPLICIDAD MUTUA

> No es suficiente ver la corrupción en los maestros si uno no está preparado para ser brutalmente honesto acerca del propio deseo de estar implicado en la corrupción. Y una vez se ha visto eso, uno no puede ya pretender ignorarlo ni culpar auténticamente a un maestro por la propia connivencia.[1]
>
> PAUL CHEESEMAN

La complicidad mutua es un aspecto sofisticado de la corrupción espiritual en la que participan tanto el maestro como el estudiante, a menudo inconscientemente, mediante la cocreación de circunstancias corruptas e impuras, pero también beneficiosas para ambos. A pesar de que a largo plazo nadie se beneficia de la corrupción mutua y cómplice, los egos del maestro y del estudiante resultan temporalmente saciados y validados. Así, alguien que proclama prematuramente su propia iluminación no irá muy lejos a menos que haya otros a su alrededor que sostengan dicha presunción; y quien se sienta víctima de un maestro corrupto debe cuestionar su propia implicación en la situación.

La corrupción se considera ordinariamente un camino de una sola dirección: la persona mala y corrupta viola a las ino-

1. Carta al editor, *What is Enlightenment?* 2, n.° 1 (enero 1993), pág. 5.

centes víctimas. Rara vez preguntamos qué papel desempeñan quienes resultan "victimizados". ¿Por qué algunos individuos tienen una historia de victimización, mientras que para otros es un acontecimiento muy raro? Mientras que en los asuntos mundanos uno no tiene elección sobre si su ciudad va a ser bombardeada o van a robar en su casa, la decisión de comprometerse en la vida espiritual *es* una elección, pese a la ignorancia o ingenuidad de tal toma de decisión. La vida espiritual exige una tremenda responsabilidad personal porque nadie más puede tomar la responsabilidad de las elecciones espirituales de otros y nadie lo hará.

Cuando se examina con profundidad la fuerza de la corrupción en la vida espiritual, se comprende que surge no como resultado solamente de un maestro corrupto, sino como expresión de *la relación* entre maestro y estudiante. Para mucha gente es un descubrimiento desconcertante el darse cuenta de que una situación de la que creían ser víctimas era en realidad el resultado de su propia elaboración, al menos en parte.

Lo cierto es que tanto el maestro como el estudiante son cien por cien responsables en su relación mutua. El maestro es completamente responsable de tener en cuenta que no se cree una situación corrupta en su escuela espiritual y con sus estudiantes; y el estudiante es cien por cien responsable de tolerar, de participar, de soportar o no y consciente o inconscientemente crear cualquier corrupción en su relación con su maestro y su comunidad espiritual. Cada uno es totalmente responsable, y si cada cual ejerce su responsabilidad seriamente, se ofrece un gran servicio al otro.

Es importante conocer la existencia de la corrupción mutua y supone una buena noticia. Pues, aunque pueda ser descorazonador darse cuenta del grado en que uno participa en la creación de las circunstancias mismas que generan tanta dificultad y desilusión en la propia vida, conocer la verdad de esto significa que es igualmente posible crear una situación

sana y mutuamente beneficiosa tanto para el estudiante como para el maestro.

Una revisión de la dinámica psicológica de la proyección y la transferencia ayudarán a entender cómo llega a producirse la complicidad mutua, cómo se mantiene y, finalmente, cómo pueden tanto el maestro como el discípulo evitar caer en ella.

Proyección y transferencia

Carl Jung articuló con claridad el fenómeno psicológico conocido como "proyección", el proceso por el cual el individuo crea, inconscientemente, las circunstancias de su vida basándose en creencias y expectativas formadas en la niñez acerca del mundo y la gente:

> A menudo es trágico ver lo abiertamente que un hombre echa a perder su propia vida y la vida de otros, y aun así permanece totalmente incapaz de ver hasta qué punto toda la tragedia se origina en sí mismo y cómo él continúa alimentándola y manteniéndola. No conscientemente, por supuesto –pues conscientemente se halla dedicado a lamentarse y maldecir un mundo sin fe que se aleja cada vez más–. Más bien, se trata de un factor inconsciente que prolongan las ilusiones que velan este mundo. Y lo que se prolonga es un capullo, que al final le envolverá completamente.[2]

La "transferencia", compañera frecuente de la proyección, es el proceso por el cual las propias proyecciones se sitúan en otro individuo, generalmente percibido como una figura de autoridad.

La proyección es fuente de buena parte de nuestro mundo ilusorio. Aspectos de uno mismo que son inconscientes o per-

2. Joseph Campbell (ed.) en *The Portable Jung*, pág. 147.

manecen negados se transponen a una circunstancia o un individuo exterior. La persona que proyecta cree que su proyección es cierta y mediante el poder de su proyección puede crear una realidad que no existía antes.

El valor de la proyección y de la transferencia

Proyectamos con mucha frecuencia. Mientras que en la vida inconsciente ordinaria las proyecciones constituyen, en gran medida, un obstáculo, en determinadas etapas del trabajo espiritual pueden tener un cierto valor. Gary Mueller, psicólogo de Colorado, analiza la inevitabilidad de las proyecciones:

> Forma parte de la psique humana. Con cualquiera que nos encontremos, puesto que estamos en esta forma humana, vamos a proyectar aspectos nuestros. A veces se trata de aspectos divinos a los que tememos, pero que se hallan en nosotros mismos, y en ese caso el maestro puede ser un bello espejo. En ese proceso especular, el estudiante puede descubrir que lo que ve en el maestro es un aspecto de sí mismo que puede empezar a cultivar.

Las proyecciones y la transferencia pueden ser positivas. La gente que carece de una adecuada comprensión de la naturaleza de la psicología cree que esta dinámica es esencialmente negativa y nunca debería permitirse entre las personas, pero Llewellyn Vaughan-Lee explica su valor potencial:

> Las personas vienen a un maestro y no creen en ellas mismas, pero el maestro cree en algo de ellas. El maestro ve un potencial en ellas que todavía no han actualizado. Ni siquiera saben que existe, o lo perciben muy débilmente. El maestro mantiene esta proyección del yo superior por el discípulo. El maestro cree en ellos más de lo que ellos creen en sí mismos. Y así es como debería ser. Lo que importa es que

> llega un momento en que el maestro tiene que devolver esa proyección. El discípulo tiene que ser remitido de nuevo a sí mismo, para que se responsabilice de su propia sabiduría interior. Lo importante en este punto es que el maestro no tenga ni el más mínimo interés en mantener la proyección, en ser esta maravillosa persona para el discípulo. Ha de ser capaz de cortarla en el momento justo.

Lee Lozowick dice que la transferencia sólo tiene valor cuando el individuo sobre el que se proyecta y hacia el que se dirige la transferencia comprende la dinámica subyacente y no se aprovecha de esa dinámica para manipular y dominar a la persona sobre la que está proyectando y realizando la transferencia.

Las trampas de la proyección y la transferencia

Los beneficios y los riesgos de la proyección van muy unidos. Volviendo a la idea de la complicidad mutua, lo que tiende a ocurrir en esas situaciones es que un estudiante proyecta ciertas cualidades o atributos en el maestro, y el ego del maestro acepta estas proyecciones como si fueran verdaderas del propio ego. Si el maestro no comprende la naturaleza de estas proyecciones e inconscientemente las acepta, a su vez proyecta sobre el discípulo cualidades de inferioridad, falta de divinidad, etc., reforzando de ese modo las ilusiones del discípulo acerca de sí mismo y de su maestro. En términos psicológicos, esto se conoce como "contratransferencia". Este ciclo entre maestro y discípulo sucede inconscientemente y produce como resultado una dinámica en la que cada uno debe sostener sus proyecciones mutuas para continuar la relación que han establecido.

Judith Leif explica hasta qué punto es fácil que un maestro caiga en las redes de las proyecciones del estudiante, a pesar de sus mejores intenciones:

> Hay una clase de poder increíble que llega con la relación maestro-discípulo. Hay estudiantes que tienden a la adoración, y a veces incluso quienes comienzan con buenas intenciones, si no son prudentes o se hallan bien preparados para ello, pueden ser devorados por las expectativas de los estudiantes que les rodean. Comienzan creyendo todo lo que oyen sobre sí mismos, sea cierto o no. No se trata de un hombre o una mujer astutos dando gato por liebre a la vista de todos, no se trata de un mero autoengaño: está en juego una creación mutua de los estudiantes y el maestro. Puede empezar de manera simple y poco a poco ir construyéndose. Una persona puede ser seducida por el poder de la adoración y de la alabanza desmedida, más allá de lo apropiado para ella. Resulta muy seductor. A mí me parece que es muy humano.

Vaughan-Lee explica que el maestro que ya era carismático por sí mismo se convierte en más carismático todavía a causa del inmenso poder de la energía psíquica implícita en las proyecciones de los estudiantes. Esta energía aumenta la vitalidad de aquél sobre quien se proyecta; de este modo, en el mundo proyectado co-creado por los estudiantes y el maestro, la ilusión parece ser incluso más real.

En algún momento, los ídolos creados por la transferencia han de romperse. Es algo muy delicado de hacer, pues existe un nivel de la proyección y de la transferencia que es valioso (quizás incluso necesario) y si uno destroza los ídolos demasiado pronto, elimina también la posibilidad de transformación de la gente. No obstante, después de cierto punto, incluso la quiebra de los ídolos se convierte en un aspecto del mito proyectado del maestro. Pues una vez que la transferencia ha llegado demasiado lejos, el maestro puede hacer casi cualquier cosa (abusar física o sexualmente de los discípulos, manipularlos, etc.), y todo el mundo asume que es una especie de abuso o de manipulación "divinos".

El maestro sólo existe en relación con sus discípulos

El "gran santo" que se sienta solo en la cumbre de la montaña puede ser un gran santo, quizás incluso influya en las fuerzas cósmicas universales, pero no es un maestro. En realidad, el maestro y el discípulo no están separados en la vida espiritual, sino que se convierten en un organismo interdependiente cuya función más elevada es la de servir a la transmisión de las enseñanzas espirituales. Maestro y discípulo o maestro y *sangha* (la comunidad de discípulos) juntos constituyen la escuela espiritual, la situación en la que tiene lugar la enseñanza. Cada uno necesita al otro. Es obvio que los estudiantes necesitan al maestro para aprender, pero el maestro necesita igualmente a los estudiantes para llevar a cabo su función, que es enseñar. Cada uno desempeña su propio papel y cada uno tiene la obligación de mantener la integridad en la función que desempeña.

Todo sucede en relación con todo lo demás. Cuando uno se da cuenta de la innegable verdad de esto, se plantea algunas preguntas acerca de la corrupción en la vida espiritual. Cuando realmente se comprende este principio, no se puede ya echar toda la culpa de la situación corrupta sólo al maestro. «Nunca se trata de una sola persona que ha hecho algo –explica el Roshi Jakusho Kwong–. El maestro lo hizo, pero también la *sangha* es parte del maestro. Nos creamos mutuamente los unos a los otros.»

Jack Kornfield observa de modo parecido: «Los problemas de los maestros no pueden separarse fácilmente de las comunidades que les rodean. Una comunidad espiritual reflejará los valores y las conductas de sus maestros y participará también en los problemas».[3]

La calidad del estudiante se reflejará en la calidad del maestro y viceversa. El Roshi Kwong ha observado este fenómeno

3. Jack Kornfield. *Camino con corazón.* Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.

en sus largos años como líder espiritual del centro zen en la montaña Sonoma:

> Los estudiantes tienen el maestro que merecen. Las fuerzas cósmicas conducen a cada persona hacia una situación diferente para que siga adelante, para que se mantenga en pie. Puede decirse: «Vaya, ahora sí que la hemos hecho buena». Pero, así es la enseñanza. Suena duro, pero llevamos mucho tiempo haciendo esto y ¡vemos tantas personas distintas con tantos maestros diferentes! El estudiante merece el tipo de maestro que tiene y el maestro merece el tipo de estudiante que tiene. Pero también, si son auténticos buscadores, sacarán partido de todo y crecerán gracias a ello.

Aquí, el Roshi Kwong se mueve en la cuerda floja, en la que no encontraríamos a aquellos que han sido desilusionados por maestros espirituales. Pero su punto de vista ofrece un reto saludable a todos los maestros y todos los estudiantes. Sus compañeros en el mundo de la enseñanza espiritual han observado una dinámica similar. Marie-Pierre Chevrier afirma:

> Antes solía creer que el responsable era el pseudomaestro y que debería ser condenado. Pero ahora pienso que es mucho más complejo que eso. Estas cosas no suceden accidentalmente. El estudiante es atraído a la situación, aunque sólo sea por su pasividad y falta de confianza en sí mismo, y en cualquier acontecimiento caería en dificultades y situaciones similares.

La cuestión es que aunque las situaciones de corrupción puedan resultar difíciles de detectar para el estudiante espiritual y aunque la dinámica de la proyección sea fuerte, nadie ni nada puede torcer la vida espiritual de uno a los veinte, treinta o sesenta años. El aspirante espiritual adulto, aunque pueda operar con restos de dependencia infantil, es un participante

responsable en la creación de las circunstancias de la vida en las que se encuentra.

La paradoja de esta situación es que mientras el estudiante queda claro que es cómplice en la dinámica establecida con el maestro, al mismo tiempo, el maestro se halla indudablemente en una posición de mayor autoridad y poder. Todo el mundo saldrá beneficiado si el maestro respeta el hecho de que muchos estudiantes están velados por sus enredos psicológicos y el autoengaño, a través de los cuales no pueden ver.

Charles Tart, aunque acepta la idea de que "cada uno tiene lo que merece", dice que esta perspectiva puede ser demasiado absoluta para los seres humanos falibles que viven en "el mundo real":

> Puede decirse que es una debilidad en las aspiraciones del estudiante lo que le lleva a un falso maestro y que tiene lo que merece; que si uno está dispuesto a reforzar sus ilusiones, se alineará con un maestro que refuerce sus ilusiones. Pero eso resulta demasiado radical. Es como cuando la gente dice: «Si tienes cáncer es culpa tuya». Esto supone responsabilizar excesivamente a la gente. Quizás haya un sentido absoluto en el que las cosas así son ciertas, pero al volver aquí, al mundo real, cometemos errores. A veces nuestras intenciones son buenas, pero no entendemos del todo algo y cometemos un error. Necesitamos espacio para nuestra humanidad, un poco de amabilidad hacia nosotros mismos. La idea es aprender a reconocer cuándo hemos cometido un error y no ser demasiado severos con nosotros: «De acuerdo, he seguido a este maestro y ahora me doy cuenta de que era porque hinchaba mi ego. Vale, he aprendido un poco más y puedo regresar y esperar no volver a cometer el mismo error».

La complicidad mutua brota del deseo de ser salvado

Hay muchas razones concretas por las que los estudiantes y los maestros entran en una situación de la que ambos son cómplices. La primera razón tiene que ver con el deseo de "salvarse". Como hemos visto ya anteriormente, el anhelo de liberarse del sufrimiento, de asegurarse que "todo irá bien", constituye un deseo fundamental en el ser humano que brota de la ilusión de separación. Si no pueden salvarse en el sentido último, la gente desea, al menos, ser protegida en el mundo relativo, hallar un respiro ante el sentimiento permanente de no ser amado. Y la gente recorrerá grandes distancias en busca de esto.

El pseudomaestro ofrece al estudiante la confianza que anhela. Los maestros pueden decirse a sí mismos que están construyendo la autoestima en el estudiante. O quizás comparten una filosofía idealizada que afirma que "todos estamos iluminados" o "todos somos Dios". Mientras, el estudiante, que sufre la condición humana universal y que opera desde un contexto fundamental de sentirse no-amado, encuentra a este maestro (que es consciente de sufrir el mismo desamor que ellos y por tanto funcionará en el mismo contexto) y entran en un proceso de validación mutuo y codependiente.

Carl Jung escribe sobre la tendencia a buscar refugio en un maestro idealizado y asociarse con él, como una manera de elevarse a uno mismo sin tener que responsabilizarse de uno mismo:

> Además de la posibilidad de convertirse en un profeta, hay otro goce tentador, más sutil y aparentemente más legítimo: el gozo de convertirse en un discípulo del profeta. Para la mayoría de la gente, ésta es una técnica completamente ideal. Sus ventajas son: el *odium dignitatis*, la responsabilidad sobrehumana del profeta, que se convierte en el todavía

> más dulce *otium indignitatis*. El discípulo no lo merece; se sienta modestamente a los pies del maestro y se guarda de tener ideales propios. La pereza mental se convierte en una virtud; al fin, uno puede calentarse al sol de un ser semidivino. Puede disfrutar del arcaísmo y el infantilismo de sus fantasías inconscientes sin pérdida de sí mismo, pues toda responsabilidad se deja en la puerta del maestro.[4]

Robert Ennis dice: «Este tipo de estudiante piensa: "Estoy con el único verdadero maestro, el más grande de los maestros, y soy importante porque soy un discípulo del maestro"». El discípulo se refugia en el maestro en el sentido más superficial y al hacerlo evita seguir adelante con cualquier *auténtico* trabajo espiritual.

En última instancia, la carga cae tanto sobre el discípulo que toma refugio en el falso profeta como sobre el profeta mismo, pues ambos sufren bajo la ilusión de la protección y la grandeza espiritual y ambos se encuentran, al menos temporalmente, impedidos para la verdadera evolución espiritual.

Los procedimientos a través de los cuales se busca refugio en un maestro como modo de evitarse a sí mismo tienen lugar de manera casi completamente inconsciente. Ningún adulto inteligente (como lo son la mayoría de los que comienzan una relación de complicidad mutua) podría reconocer conscientemente sus motivos últimos y seguir en una relación así con la conciencia tranquila. Todo se encuentra debajo de la superficie. El individuo sufre un sentimiento de desamor tan grande que hará cualquier cosa por lograr la "trascendencia" prometida o la "salvación" que el maestro ofrece. Si el maestro los declara iluminados, se lo creen. Dado que la dinámica subyacente es inconsciente no hay razón para dudar o cuestionar las afirmaciones del maestro.

4. Joseph Campbell (ed.) en *The Portable Jung*, pág. 120.

La complicidad mutua como codependencia espiritual

La codependencia espiritual no es diferente de la codependencia ordinaria, la única diferencia es que generalmente se manifiesta entre un estudiante espiritual, o una comunidad de estudiantes, y un maestro espiritual. En una relación co-dependiente entre padres e hijos, cada uno se comporta de manera que sirve para evitar la confrontación con sentimientos profundos de dolor, ya sea en uno mismo o en relación con los otros, pero al hacerlo así se perpetúan las adicciones, las ilusiones y otros engaños. Charles Tart explica la dinámica de la codependencia ordinaria y cómo se aplica a la codependencia espiritual:

> Hay algo absurdo que sucede en la vida humana. Hay un programa innato en el niño que dice que tienes que amar a papá y mamá. No importa lo locos que estén o lo terribles que sean. Tú los amas. Forma parte del hecho de ser niño. Eso se transfiere al maestro espiritual. De modo que el maestro espiritual puede tener un mal momento no sólo con sus propios problemas psicológicos (admitamos que cometa un error o que no lo sabía o que la pifió o que hizo algo por inseguridad o por rabia), sino también por el hecho de que sus estudiantes proyectan esta perfección sobre ellos. Con el fin de mantener su influencia sobre sus estudiantes, el maestro tiende a racionalizar y aceptar las proyecciones y esto hace que se profundice la ilusión para todos, y es muy peligroso. En este sentido todo maestro espiritual se halla en una posición difícil.

La explicación que ofrece Tart de la mutua codependencia permite sospechar por qué la gente teme tanto los "cultos", los "lavados de cerebro" y los grupos espirituales de todo tipo. Intuyen sus tendencias inconscientes a engancharse a ellos

como una manera de evitar sus propios miedos y debilidades, y creen que el modo de sortear este peligro es evitar completamente el comprometerse con grupos espirituales.

Una escena habitual de codependencia espiritual surge cuando la gente se vuelve adicta a los sentimientos o experiencias de que gozan en torno a un maestro particular. Para mucha gente, un maestro espiritual es su primera introducción a la experiencia del amor divino, a la apertura del corazón o a una experiencia mística profunda. Para quienes han llevado vidas con grandes constricciones y limitaciones, el simple hecho de estar cerca de alguien que está más abierto que ellos y que les da permiso para abrirse y les estimula a ello, puede ser tan vivificante, tan liberador que se atan mucho a ello y a la persona que consideran ser responsable de este hecho, y están dispuestos a pasar por alto muchas cosas para mantenerse conectados a lo que perciben como la fuente de su apertura.

La codependencia espiritual surge cuando el estudiante o el maestro pierde su integridad y el otro le sigue rápidamente. Si el maestro exige integridad al estudiante, éste luchará intentando elevarse hasta lo exigido. Cuando el estudiante exige esta integridad al maestro, éste tiene que estar a la altura o arriesgarse a la posibilidad de perder sus estudiantes o de precipitar una crisis completa en la escuela espiritual.

Las dificultades de desenredarse

Del mismo modo y por las mismas razones que hay personas que soportan los malos matrimonios, otras soportan la codependencia espiritual y la complicidad mutua en las relaciones espirituales. A veces la complicidad se instala tan lentamente y llega a ser tan confortable que resulta muy difícil salir de ella. Aunque la relación puede estar muerta y carente de integridad, a su modo resulta llevadera. El autoengaño, como hemos visto,

está muy extendido y puede encerrar al individuo en una neblina hipnótica que exige demasiado esfuerzo y honestidad para salir de él. Reggie Ray cree que la gente puede ver a través de la neblina, pero en realidad no quiere:

> Yo creo que la gente ve los fraudes y los ve correctamente. Lo que sucede es que no se dan cuenta de que los ven. No confían en lo que ven, y se autoconvencen de que todo va bien. Hacen esto porque lo que quieren y lo que el maestro quiere es la complicidad mutua.

En la codependencia hay un enorme caudal puesto en juego. Puede que en última instancia no sea positivo, pero resulta egoístamente beneficioso. Además, la relación de complicidad mutua entre estudiante y maestro generalmente es un evento más en una larga historia de implicación en tal dinámica, a menudo rastreable hasta las relaciones con los padres y hermanos, y que se repite a lo largo de la vida en las relaciones con los maestros en la escuela, los novios y novias, los jefes y, finalmente, con el mentor espiritual o incluso el maestro espiritual.

En tales relaciones no sólo hay beneficios rastreros, sino también comodidad. Mucha gente se encuentra más cómoda en relaciones corruptas que en relaciones sanas. Desde luego, puede que no siempre sea tan fantástico hallarse en una relación de complicidad mutua, pero la fuerza del hábito y el condicionamiento temprano impulsarían a menudo a elegirla antes que optar por una relación sana.

Se necesita una gran fuerza y una enorme integridad para salir de una situación que está tan firmemente establecida. Implica soportar una tremenda pérdida de prestigio. Si se logra puede ser también un gran ejemplo para otros, pero eso resulta difícil de ver en el momento en que uno está luchando para salir de una situación de complicidad mutua.

En guardia ante la proyección y la complicidad mutua

El único modo que tienen los estudiantes espirituales y los maestros espirituales de estar en guardia ante las fuerzas de proyección y de complicidad mutua es una honestidad implacable, una vigilancia constante y la voluntad de romper hábitos y de reconocer los errores.

La analista junguiana Marion Woodman dice que alcanzar la madurez humana significa ser capaz de retirar las proyecciones. Así, el estudiante que se da cuenta de su implicación en una situación de complicidad mutua retira las proyecciones idealizadas sobre el maestro y cambia esta visión por una perspectiva realista (y al hacerlo puede hallar que la realidad de la situación es mucho más rica e "ideal" que su imagen proyectada). Charles Tart anima a los estudiantes a retirar sus proyecciones, no sólo porque son irreales, sino también como un servicio al maestro:

> Tenemos que tener una mayor claridad respecto a lo que esperamos y lo que no de un maestro. En realidad, esto constituye un regalo al maestro, pues si no le lanzamos proyecciones irreales no le damos esa energía que exalta su propia locura.

El estudiante ayuda al maestro a ser un buen maestro siendo un buen estudiante, y le ayuda a mantener su propia integridad no tentándole con una adulación excesiva y con demasiadas proyecciones. No obstante, incluso en este enfoque hay dificultades potenciales. Tart insiste también en que el estudiante ha de ser muy cuidadoso para que su "discriminación" no sea sólo una excusa para ignorar la verdadera sabiduría y autoridad del maestro. «Es una idea psicológica muy peligrosa, pues puede constituir también una maravillosa racionaliza-

ción para escuchar sólo lo que uno quiera oír de aquello que el maestro dice, y para no cambiar en serio.»

A partir de su propia experiencia en el trabajo con las proyecciones de los estudiantes, Gilles Farcet comparte sus recomendaciones:

> Intento lidiar con la transferencia y las proyecciones de una manera muy impersonal. Si alguien proyecta sobre mí (sea la proyección positiva o negativa), intento no tomarlo de un modo personal. Creo que ésta es la clave. En esta condición de guiar espiritualmente a otros, yo en tanto que ego no tengo ninguna importancia. Puedo tener un estilo propio, coloreado por mis propias experiencias vitales, pero eso no es lo principal. Si alguien proyecta sobre mí, se trata de la dinámica de esa persona. No tiene nada que ver conmigo. O si realmente tiene que ver conmigo (porque mi actitud no siempre sea correcta o por haber cometido un error), entonces tengo que verlo, reconocerlo y corregirlo.

Andrew Cohen resume así esta dinámica:

> Lo semejante atrae a lo semejante. La corrupción atrae corrupción. Un buscador que está dispuesto a instalarse por algo menos que todo, buscará un mentor que necesitará el abrigo de ese tipo de corrupción. Un buscador que quiere llegar hasta el final, que no puede instalarse por algo que sea menos que todo, nunca sería capaz de soportar sombras de impureza, al igual que un mentor que verdaderamente ha recorrido todo el camino nunca aceptaría las medias tintas en un buscador que afirma: «Quiero ser libre».[5]

5. Andrew Cohen, «Corruption, Purity and Enlightemment», *What is Enlightemment?*, 1, n.° 2 (julio de 1992), pág. 1.

14. CONSECUENCIAS DE ASUMIR LA FUNCIÓN DE ENSEÑANTE ANTES DE ESTAR PREPARADO

> La persona más peligrosa del mundo es el contemplativo que no está guiado por nadie. Confía en sus propias visiones. Obedece las llamadas de una voz interior, pero no escucha a los otros hombres. Identifica la voluntad de Dios con su propio corazón... Y si la fuerza de su propia confianza se comunica a otros y les da la impresión de que realmente es un santo, tal persona puede arruinar toda una ciudad, una orden religiosa o incluso una nación. El mundo está lleno de cicatrices dejadas en su carne por visionarios como ese.[1]
>
> THOMAS MERTON

Aceptar la función de maestro espiritual *nunca* debería considerarse a la ligera. Desgraciadamente, en el mundo actual, mucha gente cree enseguida que está cualificada para enseñar

1. Thomas Merton. *Camino con corazón.* Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.

a otros al primer signo de algún tipo de apertura o despertar espiritual. Arnaud Desjardins ha denominado "enseñanza ilegal de la sabiduría" a este fenómeno de enseñar antes de estar "legalmente" preparado para hacerlo en términos de la "ley universal".

Si bien es completamente cierto que cada individuo es totalmente responsable de sus propias elecciones espirituales y no puede, en rigor, culpar al maestro por su complicidad mutua en su relación, paradójicamente el maestro tiene mayor poder e influencia sobre el estudiante. Puede que el estudiante haya dado este poder al maestro aunque éste no lo merezca, pero si el maestro lo ha aceptado, es suyo. A diferencia del individuo que realiza elecciones espirituales poco acertadas y las sufre a solas, cuando el maestro está equivocado sufren sus errores todos sus estudiantes. Así, el individuo que elige aceptar la función de maestro espiritual debería hacerlo sólo con conciencia muy lúcida de las consecuencias de tal decisión.

Gilles Farcet compara la función de instructor a una herramienta de precisión:

> Estar en una posición de autoridad en la enseñanza es como algo muy, muy eficiente, como una herramienta o un arma. Es muy eficiente, por tanto es muy buena. Por un arma o una herramienta muy buena se paga un precio muy alto. Es algo que no tiene precio. Pero es también muy peligrosa. Si se usa mal, si no se maneja adecuadamente, puede destruir a uno. En eso consiste una herramienta de precisión.

Maestros y estudiantes "a medio cocer"

El término sánscrito *ardha dagdha* significa "a medio cocer". Robert Svoboda utiliza la analogía de una vasija de arcilla para ilustrar lo que ocurre cuando un maestro no está totalmente preparado para empezar a enseñar a otros. «Si tenemos

un recipiente de arcilla que se ha cocido bien, podemos poner agua en él y dejarla hasta el día del juicio final. Pero si tenemos un recipiente de arcilla que sólo se ha cocido a medias, si no está totalmente cocido, entonces el agua calará y al final se romperá el recipiente.»

El cocer en esta ecuación es el lento proceso de transformación y preparación necesario para convertirse en un maestro. Si el "agua" del exceso de energía, de las proyecciones, de una excesiva adoración o exigencias demasiado grandes de manejar se derraman en el recipiente a medio cocer del maestro no-transformado, el recipiente se romperá, el maestro explotará, el sistema fallará.

Cuando se empieza a trabajar con estudiantes, se entra en un campo de tremendas energías, que no siempre son positivas. Si el proceso transformador no está completo hasta el punto de que el maestro esté química y alquímicamente preparado para manejar tales energías, *surgirán* dificultades, y es justo que sea así. Svoboda explica este principio en términos de lo que ocurre a la energía de la *shakti* cuando se empieza a reunir estudiantes:

> La mayoría de los llamados gurús en Norteamérica tuvieron problemas porque fueron a la India y pensaron: «Sí, he desarrollado mucha *shakti*». Luego, volvieron a Occidente y se encontraron en un lugar completamente distinto, un lugar en el que sus sentidos son atraídos por los medios de comunicación y otras muchas influencias durante todo el día. Comenzaron a ser gurus y acumularon mucha gente que son *shakti hina* o *shakti*-deficientes, pues han usado toda su energía para el placer y la diversión. Tales estudiantes piensan: «¡Ah! El gurú va a enseñarme un camino en el que puedo estar en misa y repicando, mientras medito un poco para mantenerlo contento».
>
> Toda esa gente comenzó a proyectar sus neurosis sobre el gurú y el gurú empezó a tener problemas. Los estudiantes

> le extraen su *shakti* y le pagan con su *shakti* polucionada. Si el gurú es resistente, no importa mucho. De algún modo sabrá qué hacer con ello. Pero si el gurú no tiene mucha resistencia, lo que sucederá es que poco a poco su mente empezará a distraerse. Tendrá lugar tan lentamente que ni siquiera prestará atención a lo que está sucediendo. A medida que la distracción vaya creciendo, irá en dirección a aquello respecto a lo cual es más débil: empezará a comer demasiado o a sentirse atraído por todas las jóvenes del *ashram* con pantalones ceñidos. Consentirá en algunas debilidades, pues eso es lo que hacen las enfermedades: van a las partes más débiles del organismo. Entonces comenzará a buscar justificaciones, pues no podrá digerir todas esas presiones. Digerir la *shakti* es difícil, especialmente si es venenosa.

Debería quedar claro, pues, que adoptar la función de instructor es algo muy serio y que la larga preparación que las escuelas espirituales tradicionales exigen no está pensada para que vuelvan y se preparen para los retos que tendrán que enfrentar. A veces, la corrupción entra por la puerta trasera, y un maestro puede sorprenderse al encontrarse en una situación para la que no está preparado y no sabe cómo manejar.

Según Marie-Pierre Chevrier, un ejemplo de esta corrupción gradual sucede cuando los estudiantes empiezan a crecer más que el maestro y quieren más de él de lo que honestamente éste es capaz de ofrecer:

> El maestro empieza compartiendo lo que sabe y lo que ha experimentado, pero rápidamente se ve inducido a compartir lo que creen que sabe. Lo que ocurre entonces es que los mismos estudiantes empujarán al maestro con más preguntas para ir más allá en esa dirección, y al hacer eso aumentan el poder del maestro. El peligro es que se vuelva imposible para el maestro dar un giro a todo.

El tipo de maestro que describe Chevrier, el cual en realidad nunca estaba preparado para llamarse maestro, no quiere perder prestigio, disfruta con las proyecciones de los otros o imagina que es más poderoso de lo que realmente es. Llegados a este punto, el maestro o bien admite que está menos cualificado para enseñar de lo que creía (lo cual sucede muy rara vez), o bien –y esto es lo que sucede más a menudo– pasa por alto este hecho y comienza a jugar en un terreno peligroso, justificándolo con cualquier tipo de respuestas retóricas dinámicamente correctas.

Puede decirse cómo progresa alguien en el camino espiritual por las huellas que deja detrás de ellos, y los maestros "a medio cocer" generalmente dejan una estela de estudiantes "a medio cocer". Estos estudiantes con frecuencia se hallan confundidos y pueden estar tan equivocados como su maestro respecto a su propio grado de desarrollo espiritual. Así pues, hay consecuencias no sólo para uno mismo y para sus estudiantes, cuando un maestro decide enseñar prematuramente, sino incluso para los estudiantes de sus estudiantes.

El maestro "a medio cocer" que proclama estar plenamente realizado sólo puede producir estudiantes "a medio cocer". Cuando el maestro todavía con debilidades ve en sus estudiantes el reflejo o la transmisión de lo que ellos imaginan que es su propia perfección, supone que también el estudiante ha logrado la perfección. Además, si el maestro "a medio cocer" quiere tener estudiantes iluminados como evidencia de su propio poder como maestro, los estudiantes con frecuencia intentarán estimular o imitar lo que creen ser las cualidades iluminadas que ven en su maestro para satisfacer tanto a éste como a sus propios deseos egoicos. Jack Kornfield comenta lo siguiente sobre la futilidad de tal enfoque:

> La práctica espiritual nunca puede realizarse por imitación de una forma externa de perfección. Esto sólo nos con-

> duce a una especie de "representación espiritual". Si bien podemos inspirarnos de manera auténtica en los ejemplos de maestros y tradiciones de sabiduría, esa misma inspiración puede también crearnos problemas. Queremos imitarlos en lugar de ser honestos y auténticos con nosotros mismos. Consciente o inconscientemente, intentamos andar como ellos, hablar como ellos, actuar como ellos. Nuestro corazón anhela de manera natural la totalidad, la belleza y la perfección, pero mientras intentemos actuar como esos grandes maestros, estaremos imponiendo su imagen de la perfección sobre nosotros. Esto puede resultar bastante deprimente, pues nosotros no somos ellos.[2]

El estudiante del maestro "a medio cocer" no comprende que el despertar es un *contexto* y no la habilidad de dictar una serie de discursos del *dharma* o de realizar gestos exaltados, e inconscientemente se pone a imitar las *manifestaciones* aparentemente iluminadas y no el contexto iluminado.

Quizás el factor más importante en esta consideración del maestro que no está plenamente cualificado para enseñar es la pureza de su intención. Puesto que todo maestro transmitirá *algo* a sus estudiantes, la pregunta es: ¿qué transmitirá?

El maestro "a medio cocer" que proclama estar "plenamente cocido" se encuentra en una situación precaria y problemática, pues se ha apartado del fuego transformador que en algún momento hará cenizas su presuntuoso ego. Estar "plenamente cocido" no es ser brillante, carismático, bien rellenito y asado: es no ser nada; y muchos se detienen antes de esta aniquilación completa.

2. Jack Kornfield. *Camino con corazón.* Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.

Gilles Farcet: «La práctica ilegal de la enseñanza de la sabiduría»

Mi maestro, Arnaud Desjardins, utiliza con frecuencia una expresión que se puede traducirse como "la práctica ilegal de la enseñanza de la sabiduría". Así como hay curanderos (charlatanes que sin estar cualificados como doctores médicos, pretenden serlo o son ambiguos al respecto y se dejan llamar "doctores" y reciben clientes), podría decirse que hay gente que, aunque puedan saber algo acerca de la sabiduría o incluso haber tenido algún grado de experiencia en el campo de la conciencia, se dejan llamar "maestros" o "gurús" y aceptan la responsabilidad de estudiantes sin estar suficientemente cualificados.

Obviamente, es mucho más fácil determinar el grado de cualificación y competencia de un médico que el de un instructor espiritual. Cuando acudimos a un médico, puede que sea más o menos competente, pero al menos sabemos que ha pasado por años de entrenamiento en una facultad de medicina. Tenemos cierta garantía. Si tenemos que operarnos, muy probablemente averiguaremos la reputación y el pasado del cirujano. Pero cuando llegamos al campo de la espiritualidad, la gente es tan ingenua y confiada que entrega su cuerpo y su alma a cualquiera que proclame haber logrado algo en el ámbito espiritual y que tenga suficiente carisma.

Enseñar prematuramente inhibe el desarrollo espiritual continuo

«En cuanto te conviertes en demasiado famoso y aclamado, dejas de poder continuar haciendo el trabajo –observa Reggie Ray–. Es como ganar el premio Pulitzer o el premio Nobel. El resto de tu vida lo pierdes siendo la persona que recibió el premio. He leído y oído tantas entrevistas en las que

tales personas decían: "Sabe lo que pasa, después de recibir ese premio ya no pude trabajar más, seriamente, pues gasté todo mi tiempo en ser una persona famosa".»

Cuando uno se cree iluminado y anuncia su iluminación adoptando el papel de instructor o maestro espiritual, corre el riesgo de limitar su iluminación a una cajita que se halla tan hermosamente empaquetada y rotulada que resulta difícil salir de ella. El individuo que se encuentra en esta situación ha luchado tanto por ello que cada vez le es más difícil seguir creciendo y poniéndose en cuestión por sí mismo. La iluminación es el premio Nobel de la espiritualidad. Así como hace falta mucha humildad y disciplina para que el ganador del premio Nobel no comercie con sus habilidades creativas para lograr fama, es raro el individuo que es capaz de seguir siendo humilde después de vislumbrar la conciencia iluminada y de la declaración prematura de su función como "maestro espiritual".

Resulta más difícil limpiar una herida infectada una vez ha cicatrizado, y es mucho más difícil librarse de y trabajar con obstrucciones potenciales una vez alguien se ha declarado a sí mismo o ha declarado públicamente estar iluminado. ¿Quién querría volver a abrir una herida ya cicatrizada? Muchos optarían por ignorar una infección menor antes que aceptar el sufrimiento de volver a abrir la herida y tener que soportar el largo proceso de curación. Lo mismo sucede con los individuos semiiluminados.

Implicaciones kármicas de asumir la función de instructor prematuramente

Aghori Vimalananda ofreció la siguiente guía a Robert Svoboda:

> Quiero que recuerdes una cosa, Robby. Cada vez que intentas imponer tu voluntad al universo, corres el riesgo de crear un nuevo karma cuyas repercusiones pueden seguirte durante años o durante vidas. Cuando no eres capaz de vivir con la realidad, inexorablemente la realidad viene a vivir contigo.[3]

El maestro de Reggie Ray le avisó de las implicaciones kármicas potenciales que conlleva el asumir la función de gurú bajo pretensiones falsas, y más tarde él pudo observarlo en su propia experiencia y en las vidas de quienes le rodeaban. En una ocasión comentó:

> Verdaderamente no entiendo a las personas que se atreven a convertirse en grandes gurús con gente que les adora y les entrega todo su dinero. Para ser sincero, no entiendo cómo lo hacen kármicamente. Trungpa Rinpoche solía decir que si uno intenta hacer eso se evapora.
>
> Hay todo tipo de salvaguardas y protectores que limitan a cuando uno se convierte en un maestro; si sales al exterior, comienzas a recibir mensajes importantes. Si estás dispuesto a aceptarlos, los mensajes son de gran ayuda, pero si intentas ir a la tuya, no sirven de nada. Tales mensajes te clavan. Si no los escuchas, ocurren cosas malas. Sé esto por mi propia experiencia y por la experiencia de otros. Por ejemplo, se tiene un accidente o te mueres (ha habido gente que ha muerto por ello). O puedes volverte loco. Siempre tiene consecuencias. Hay un camino que se te presenta kármicamente y tienes que recorrer ese camino, y si te sales de él eres puesto fuera de juego.

Robert Svoboda, cuya formación ponía especial énfasis en una educación completa en los principios del karma, analiza

3. Aghori Vimalananda, en Robert Sroboda. *Aghora III: the Law of Karma*. Albuquerque, Nuevo México: Brotherhood of Life, 1997, pág. 311.

las leyes del karma en relación con el hecho de asumir la función de maestro espiritual:

> La palabra sánscrita que se emplea aquí es *adhikara*. Una persona que es *adhikara* es alguien cualificado para hacer algo. Tradicionalmente, en la India, uno está cualificado para enseñar cuando el maestro le dice: «Ahora estás ya preparado para enseñar». Sólo cuando has recibido este sello de permiso de tu gurú consideras que estás preparado para enseñar. Por ejemplo, yo practico medicina porque tengo la aprobación de mi gurú, que dijo: «Puedes ir y practicar la medicina». De otro modo, no me gustaría tener que habérmelas con todo el karma implicado en la medicina. Estás cobrando a gente que no está bien. Vienen a ti porque están desesperados, así que tendrán un dinero desesperado. ¿Serás capaz de digerirlo? Lo dudo. Pero, si el gurú dice: «Puedes ir y hacerlo», entonces la responsabilidad es del gurú. En hindi decimos, *kitne pani tarte hai*, que significa: "¿Cuánto rato eres capaz de nadar?". Si eres un nadador olímpico, puedes cruzar el canal de la Mancha. Por el contrario, si nunca antes has nadado, puedes ahogarte en la bañera de los niños. Así pues, si has recibido una buena formación y tu gurú dice: «De acuerdo, puedes hacer el maratón de natación», entonces hay que ir y hacerla. Pero si no da su visto bueno, es responsabilidad tuya.
>
> Si se toma la responsabilidad de decir al discípulo «Ve y enseña», entonces tomo la responsabilidad por el discípulo. Es como un esquema piramidal de *marketing*. Si el discípulo sale y hace cosas buenas, algunas de esas buenas cosas volverán a mí. Si el discípulo sale y hace mucho dinero en nombre de la enseñanza y seduce a todos en el vecindario y asesina a dos personas para impedir que obtengan su dinero, su harén o lo que sea, también voy a pagar por eso, pues fue mi consejo lo que le dio un pequeño impulso extra para salir y empezar. Si lo hubiera hecho por cuenta propia, habría disfrutado de todos esos karmas él solo.

> Si uno decide por sí solo que está preparado para enseñar, es responsabilidad suya. Cuando dices a alguien: «Yo soy tu gurú», si esa persona te acepta como tal, entonces se establece una *sambanda* –una conexión– entre tú y esa persona. Según el punto de vista indio, un gurú es alguien cuya energía viaja contigo de vida en vida, lo cual significa que si me responsabilizo de ti como discípulo mío, he de vagar por el cosmos esperando que te ilumines, por mucho tiempo que esto pueda suponer. De modo que si te responsabilizas aunque sea de una sola persona puede ser un gran problema, pero si empiezas a responsabilizarte de diez mil personas estás llamando a una cantidad increíble de problemas. El propio Jesús sólo tenía doce discípulos. Pero incluso más que los problemas kármicos, tienes diez mil personas, cuyos pensamientos, perturbadores, neuróticos, van a ser proyectados sobre ti.

Las advertencias de Svoboda se aplican a muchos de los maestros espirituales populares que animan con gran rapidez a sus estudiantes más antiguos a salir y enseñar. Incluso si el maestro que lo hace no es un gurú formal, aun si sólo se considera un "mentor" o "guía", están tejiendo una compleja red de relaciones con el individuo al que mandan a enseñar, creando responsabilidades no sólo con esa persona, sino también con todos los estudiantes de esa persona. Un maestro en esta situación no "decide" responsabilizarse de sus estudiantes y sus discípulos (y de los estudiantes de sus estudiantes, etc.); sencillamente, se trata de la ley del karma.

Da la impresión de que comprender esta ley y respetarla reduciría algunas de las muchas pseudotransmisiones que pululan impunemente por el escenario espiritual contemporáneo, pero no parece que sea así, probablemente porque la gente se engaña a sí misma con gran facilidad acerca de su grado de desarrollo espiritual. Estimulan a otros para que los sigan porque a su entender (un entendimiento que puede hallarse sólo "a medio cocer") están iluminados.

Además, dentro de su inadecuada afirmación acerca de su desarrollo espiritual, así como sus ideas erróneas sobre el karma, muchos creen que ellos están exentos de las implicaciones kármicas de sus acciones, ya que se les ha enseñando que una vez "iluminado" se está libre de todo karma. Sin embargo, incluso si uno está enseñando porque es *abdicara*, es decir que se halla bien cualificado, esto no exime de la ley del karma. Cuando se produce un karma, alguien tiene que experimentar la reacción correspondiente. Svoboda explica lo siguiente:

> Cuanto más *shakti* tienes más escrupuloso has de ser, pues las implicaciones kármicas de cualquiera de tus acciones se tornan cada vez más serias. Tienes que andar por el mundo como un elefante que está siendo perseguido por un perro que ladra ferozmente. El elefante sabe que un simple golpecito con su pata será el final del perro, pero se contiene para no pisotear al perro, porque sabe que éste no se da cuenta de la gravedad de lo que está haciendo.[4]

La necesidad de modelos fuertes de integridad espiritual

Quizás la mayor consecuencia de asumir una función de instructor antes de estar adecuadamente preparado para hacerlo (o al menos la consecuencia más relevante para la crisis espiritual actual) es que al hacerlo uno se suma a la larga lista de pseudomaestros cuya reputación y cuyos hechos han convertido a muchos potenciales aspirantes espirituales en cínicos respecto a la posibilidad de encontrar verdadera ayuda espiritual.

4. Aghori Vimalananda, en Robert Svodoba, *Aghora III: the Law of Karma*, pág. 103.

La mayoría de la gente que asume prematuramente funciones de enseñanza lo hace desde la ignorancia y con buenas intenciones. Simplemente no están dispuestos a soportar el proceso de completo autoexamen necesario para exponer las sutiles manipulaciones y corrupciones egoicas que yacen inmediatamente debajo de su conciencia. Con su falta de disponibilidad para exponerse al necesario proceso de autoexamen despiadado, permiten que otros sufran su contaminada influencia y se convierten en un modelo más de maestro espiritual contemporáneo que carece de una integridad espiritual impecable.

La decisión de convertirse en un maestro o mentor espiritual es muy seria, por más que a menudo se tome con extraordinaria ligereza y se cubra por el velo de una densa nube de ilusión e ignorancia. Vivir con integridad espiritual significa que uno elegirá emprender su tarea como instructor sólo si se trata de la respuesta óptima a la Vida, no sólo según la propia evaluación de la situación, sino con una autoridad espiritual cualificada que respalde su decisión. Si el objetivo de alguien no es convertirse en un maestro espiritual, puede vivir también una vida de integridad espiritual inspiradora, siguiendo la propia práctica espiritual, los estudios y el servicio, "enseñando" con el ejemplo de la propia vida.

Parte IV:

CAMINANDO POR UN CAMPO DE MINAS: CÓMO PREVENIR LOS PELIGROS DEL SENDERO

Los maestros zen se dan cuenta de qué superlativa tarea es convertirse en un hombre plenamente maduro, qué pruebas y qué dificultades durísimas, qué severa soledad, qué dudas atenazadoras, qué tentaciones agonizantes debe uno atravesar antes de llegar al umbral de la iluminación. Por ese motivo se han acercado a ello con todo su poder y nunca han consentido detenerse antes de su meta última.[1]

JOHN WU

El camino espiritual es como un campo de minas, con gatillos por todas partes. Hay que utilizar cualquier mapa y guía disponible y dar cada paso con una enorme vigilancia y precaución para evitar el desastre. No obstante, a pesar

1. John Wu. *The Golden Age of Zen*. Nueva York: Doubleday, Image Books, 1996, pág. 202.

de las minas, hay individuos que lo cruzan sanos y salvos, aunque rara vez sin alguna quemadura o algún rasguño ocasional. Quienes recorren el camino con éxito, evitando las minas del estancamiento, el ego, la seducción y el autoengaño, son aquellos que han hecho del centro de su vida el estudio y la práctica de acuerdo con la sabiduría de quienes han atravesado el campo antes que ellos. Han merecido sus habilidades a través de un trabajo duro. No han creído ser capaces de cruzar el campo simplemente porque han tenido un sueño del mapa o porque su consejero psíquico les dijo cómo hacerlo.

Esta cuarta parte de la obra establece los medios prácticos a través de los cuales el aspirante espiritual firmemente dedicado a la realización de sus posibilidades más elevadas puede evitar las trampas y seducciones que se hallan dispersas a lo largo del campo de minas de la vida espiritual.

15. LAS TRES JOYAS

> Sin el Buda, el *Dharma* y *Sangha* como fuentes de ayuda, no importa lo clara que sea tu percepción, en realidad estás dando golpes en la oscuridad. Si te las arreglas para atravesar la vida sin meterte en un montón de dificultades, tu suerte es excelente.
>
> LEE LOZOWICK

El Buda, el Dharma y el Sangha –conocidos en el budismo como "las Tres Joyas" y generalmente traducidos como el maestro último, la enseñanza y la comunidad– constituyen una de las mejores protecciones contra los peligros de la presunción de iluminación. El Buda es Dios o la Verdad, pero representada por el maestro espiritual. El *Dharma* es el cuerpo de enseñanzas espirituales, y esencialmente es la misma enseñanza en todas las tradiciones, aunque cada tradición utilice un lenguaje específico. El *Sangha* es la comunidad espiritual, constituida por los practicantes que estudian y se ayudan mutuamente en las aspiraciones espirituales que comparten. Los practicantes budistas tradicionales consideran estas Tres Joyas tan valiosas que toman refugio ritualmente en cada una de ellas como parte de su práctica formal.

Las Tres Joyas pueden hallarse en toda tradición espiritual formal. Aunque a menudo no se explicitan como elementos

distintos, tal como lo son en el budismo, de manera implícita se consideran elementos esenciales de la vida espiritual. Por ejemplo, el rabino Zalman Schachter-Shalomi dice que en la tradición judía los practicantes espirituales reciben ayuda de Dios (el Buda) y el rabino (el guru); la Torá, o escrituras místicas judías (el *Dharma*) y la congregación o comunidad que practica bajo la guía del rabino (el *Sangha*). En el hinduismo, aquellos que comparten un gurú común forman una comunidad de estudiantes o devotos que se reúnen para adorar, rezar y estudiar las enseñanzas prescritas por su maestro.

El Buda, el *Dharma* y el *Sangha* juntos sirven como sistema espiritual de "comprobaciones y balances", ofreciendo cada uno una perspectiva inapreciable que complementa y refuerza a los otros. «Algunos aman al Buda, pero no les gusta el *Dharma* o el *Sangha*; o aman el *Dharma*, pero no les gusta el Buda ni el *Sangha*; o les gusta el *Sangha*, pero no el Buda y el *Dharma*», –explica el Roshi Jukusho Kwong . El triple sistema ofrece un sistema completo de soporte y permite áreas de mayor fuerza en la práctica y la atención, al mismo tiempo que sostiene a los más débiles.

La mayoría de quienes son serios en la vida espiritual terminan aceptando la ayuda de estas tres fuentes, aunque no siempre de manera lineal. Incluso el practicante espiritual maduro o el maestro puede usar la ayuda de un maestro que ya no está vivo, continuar estudiando los materiales espirituales que energetizan y soportan su práctica y extraer fuerza de su conexión con aspirantes o maestros con quienes hay cierta afinidad, incluso si no viven cerca físicamente.

La primera joya: el Buda

La primera joya es el Buda (símbolo de Dios o la Verdad), pero representado aquí como el maestro espiritual. Se cita al

Buda diciendo: «Sed una luz para vosotros mismos». Si bien en última instancia es la verdadera naturaleza de cada uno la que constituye la lámpara, el maestro muestra al discípulo cómo mantenerla encendida y cómo ver correctamente. Robert Svoboda explica: «El gurú te introduce a la conciencia absoluta, última y esa conciencia es lo que dirige tu existencia, en lugar de que lo hagan tus propias preferencias.» La idea del maestro como «la tangente hacia lo divino» se expresa de manera elocuente en la biografía de Llewellyn Vaughan-Lee en la que escribe su primer encuentro con la maestra sufí Irina Tweedie:

> En presencia de la señora Tweedie, percibí tanto el camino como mi propia necesidad. Supe que era una guardiana de la entrada al mundo interior y por eso estaba dispuesto a pagar cualquier precio. Por mucho que necesitara postrarme, aun si tuviera que convertirme en una mota de polvo en el suelo, la necesidad interna de atravesar la barrera del ego me hubiera empujado hacia abajo. Su presencia, su estado interior de entrega, era un ejemplo viviendo del proceso. El sendero y la meta se habían convertido en una realidad tangible.[1]

De las Tres Joyas, el maestro es quizás la más significativa en lo que respecta a proteger al estudiante y evitar que caiga en las trampas de la inflación del ego y la presunción prematura de iluminación. El maestro es el director de la caída del ego y el guarda contra las desviaciones durante el descenso. Reb Zalman sugiere: «Mientras se está en una relación viviente con alguien a quien hay que rendir cuentas, la impresión es que la inflación no va a ser un problema tan grande».

En *Holy Madness*, Georg Feuerstein articula el dilema del estudiante y explica cómo el verdadero maestro hace frente al reto:

1. Llewellyn Vaughan-Lee. *The Face before I was Born.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1988, pág. 37.

> El buscador espiritual es siempre un individuo con dificultades. Se ha hecho consciente del factor sufrimiento en la vida humana... El buscador espera, de manera secreta o abierta, que el maestro aliviará, de algún modo, este sentido de malestar. Pero esta esperanza resultará inevitablemente frustrada–. El gurú puede llenar las mentes y los corazones de sus discípulos con maravillosas alternativas e incluso iniciarles en todo tipo de prácticas esotéricas. Pero, si el maestro es auténtico, no hará nada por eliminar las arraigadas dificultades del discípulo en la vida. Ciertamente, el adepto hará todo lo que pueda, de múltiples modos, tanto sutiles como no tan sutiles, para alimentar el fuego de sus frustraciones.
>
> Los gurús hacen esto no porque sean sádicos retorcidos que quieren infligir dolor a sus discípulos, sino porque quieren que los discípulos comprendan que todo su sufrimiento ha sido producido por ellos mismos. Quieren que los discípulos aporten una verdadera comprensión y sabiduría a la situación. Quieren que vean que su búsqueda espiritual es, en su mayor parte, poco más que un deseo de huir de sí mismos, y quieren que empiecen a quedarse quietos, a encontrarse consigo mismos, cara a cara.[2]

Joan Halifax explica que un maestro hábil es capaz de hacer de espejo y reflejar al estudiante "su inflación, su neurosis para conseguir algo, su aferrarse a las cosas, su apego." Esto es así porque el maestro es una fuente viviente y que respira claridad que, asumiendo que es un verdadero maestro, puede proporcionar un *feedback* personalizado al estudiante de manera continua, con una objetividad de la que no es capaz el *feedback* interpretado a través de filtros egoicos. Cuando el maestro constituye el modelo de la vida espiritual de la que habla, su existencia misma sirve como inspiración e incluso como conciencia propia. El ejemplo de integridad viviente

2. Georg Feuerstein en *Holy Madness*, pág. 112.

que proporciona hace cada vez más difícil vivir con la propia integridad a medias.

Así como el estudiante aparentemente inocente contempla al maestro y pide ayuda y enseñanza, el maestro se halla en guerra espiritual con sus estudiantes. El maestro se encuentra confrontado con la necesidad de hallar los medios hábiles necesarios para trabajar con y eventualmente socavar el estilo particular de manipulación y dominación egoica en cada estudiante, y hará eso incluso si debe decir o actuar de modos que convencionalmente no se considerarían espirituales o ni siquiera morales.

Robert Svoboda dice: «En opinión de Vimalananda [el mentor espiritual de Svoboda], lo que un buen gurú hará es asegurarse de que tu ego está bien engordado y bien fortalecido y entonces ha de freírlo; todo ello para asegurarse de que estará bajo control».

Mientras que el verdadero maestro provee incesantemente al estudiante, para él o ella no supone inversión alguna el recibir cualquier forma de autogratificación. Dado que el maestro es el único en la vida del estudiante que no intenta obtener algo de él y como su función consiste en ser de utilidad al potencial más elevado del estudiante, no perpetúa ni alimenta de ningún modo las ilusiones y presunciones mecánicas y autoengañadoras del estudiante. Desde luego, muchos maestros pueden equivocarse en este sentido, pero incluso un maestro falible que está más dedicado a sus estudiantes de lo que ellos lo están a su propio ego será capaz de guiarles con eficacia, si no infaliblemente, para que puedan sortear las trampas del ego, cosa que de otro modo no podrían hacer por sí solos.

El papel específico que desempeña el instructor varía en cada tradición, encontrando desde el mentor o guía hasta el gurú o maestro, pero la importancia del instructor en la vida del verdadero estudiante y el respeto y la gratitud que de ma-

nera espontánea fluyen de vuelta al instructor desde el estudiante, atraviesan todas las culturas y tradiciones.

Es interesante observar que de los maestros contemporáneos respetables que dicen que no es necesario tener un maestro, prácticamente todos han sido estudiantes durante mucho tiempo de otros maestros (a veces grandes, otras no tan grandes). Por más que finalmente se dieron cuenta de que no necesitan un maestro viviente, externo, para recorrer con éxito el sendero espiritual, esa realización llegó a través de años de rigurosa *sadhana* bajo la guía de un instructor o un maestro.

Es más, incluso algunos de los maestros espirituales auténticos de nuestra época toman refugio activamente en la guía de su maestro. Sensei Danan Henry comparte su experiencia del valor permanente que su maestro supone para su propia enseñanza:

> Yo soy una especie de bicho raro en este mundo de maestros. Tengo cincuenta y ocho años y todavía estudio constantemente con mi maestro, repitiendo *koans* y barriendo su casa. He visto gente que se adelanta a los acontecimientos, he visto tantas cosas. La insistencia del Zen sobre la experiencia de iluminación puede cultivar la arrogancia, así que yo continúo estudiando con mi maestro.

Funcionando internamente como la conciencia del discípulo y externamente como su confidente, guía y referencia, el verdadero maestro no permitirá que el estudiante se apresure a proclamaciones prematuras de iluminación. Esto sería un gran descanso para el estudiante que reconoce hasta qué punto está llevado por un funcionamiento mecánico, egoico que asegura la autodecepción.

La segunda joya: el Dharma

La segunda joya es el Dharma o la enseñanza. El Dharma comprende el cuerpo de conocimiento específico de una escuela o tradición particular, así como las escrituras y enseñanzas de todas las grandes tradiciones. Incluye charlas dadas por el maestro, grupos de estudio, la contemplación de principios espirituales y la escritura acerca de los mismos, y las preguntas con las que uno lucha en el camino espiritual. El valor de una educación espiritual adecuada no puede subestimarse en lo que respecta a ayudar al aspirante a evitar la falsa presunción de iluminación, así como otras trampas creadas por el ego.

Los idealistas de la Nueva Era que hablan de viajar a través de territorios no cartografiados hacen a los otros un flaco servicio. Aunque cada ser humano es único, el camino espiritual no cambia. Querer recorrer el camino sin estudiar es como intentar atravesar el país sin beneficiarse de los mapas que han ofrecido otros que han viajado antes que nosotros. Uno puede llegar, especialmente con la ayuda de un guía (el maestro) y con compañeros de viaje (el *Sangha*), pero irá más deprisa, más fácilmente –y más seguro– con la ayuda de un mapa.

Otro modo de entender la importancia del Dharma es considerar el "sendero" de convertirse en un profesional cualificado. Si su meta es convertirse en un cirujano, obviamente usted tendrá que estudiar. No importa lo "natural" que usted sea, ni la admiración que sienta hacia el cirujano jefe del hospital, ni lo bien que se lleve con otros cirujanos. A pesar de todo ello, tendrá que emprender un largo curso de estudio para poder conocer todo los elementos complejos e interconectados que forman el cuerpo humano. Tendrá que ir a la facultad de medicina, examinarse, preguntar las dudas, aprender de otros cirujanos, ejercitarse a mantener la calma ante un fuerte estrés, etc.

Sin embargo, cuando se trata de la vida espiritual, la gente cree que puede "operar a corazón abierto" simplemente porque lo ha visto hacer en un sueño; o porque creen que se han entregado a su maestro al ver que se sienten dichosos en su presencia o que poseen una correcta captación del Dharma dado que han leído un montón de libros y pueden repetir de memoria frases como «Dios es el Yo», «Aprende a vivir aquí y ahora» y «No hay separación entre todas las cosas». Tales presunciones equivalen al estudiante apresurado de medicina que intenta hacer un trasplante de hígado porque vio un vídeo sobre ello en una clase de ciencias en la escuela.

La educación espiritual es necesaria no sólo para el estudiante espiritual principiante que está aprendiendo cómo evitar las trampas más elementales del ego, sino que constituye también un recurso inapreciable para ayudar al aspirante espiritual avanzado a navegar entre las sutiles distinciones que surgen en el curso de su comprensión cada vez más profunda. Joan Halifax decía que uno llega a "verse a sí mismo" en las enseñanzas. El *Dharma* es tan precioso que los budistas lo consideran una joya y toman refugio en ella. El monje tibetano pasa horas cada día memorizando y copiando las escrituras sagradas y los judíos adornan la Torá, el libro de sus enseñanzas, con oro y lo guardan en un arca sagrada, realizando una serie de rituales antes de abrir los rollos. Hasta hace poco, y en cierto grado todavía es así, las grandes enseñanzas esotéricas de todas las tradiciones se han guardado en secreto y se han compartido sólo con el practicante que se ha mostrado merecedor de ello.

Las escrituras espirituales de toda tradición son enseñanzas codificadas que poseen varios niveles. El Nuevo Testamento, el Antiguo Testamento, las *Upanishads*, el Corán e incluso los escritos de los grandes maestros contemporáneos constan de varios niveles, siendo cada uno visible sólo cuando el estudiante ha profundizado su práctica hasta el nivel al

que puede entenderlos. Por eso, unos entienden el Antiguo Testamento como una serie de historias sobre un anciano con larga barba que vive en el cielo y se llama "Dios", y para otros es un mapa de la psique, una metáfora para la emergencia del Yo.

Cuando uno está completamente educado en el *Dharma*, no por haber leído diez libros de grandes maestros espirituales, sino como consecuencia de años y años de profundo estudio, de interrogaciones, de discusiones y de contemplación, entonces está a salvo y de proclamaciones prematuras de iluminación, sino también de muchas dificultades propias del camino espiritual.

Pero el Dharma no es infalible en sí mismo (de ahí la necesidad del maestro y del *Sangha*). Para que produzca resultados en el desarrollo espiritual, ha de enraizarse en la experiencia personal y ser puesto a prueba en los fuegos de la experiencia diaria para ver si se ha comprendido con claridad y se es capaz de aplicar lo que se ha entendido a la vida misma, pues hay individuos muy dotados intelectualmente, pero que usan su agilidad con los conceptos *dhármicos* para vanagloriarse por vivir sus vidas según las verdades que tan fácilmente proclaman. El *Dharma* no es meramente intelectual, sino también altamente práctico. En la lógica del estudio se halla el hecho de que si se aplica correctamente penetra en todas las áreas de la propia vida. Es como un insidioso virus de conciencia que infecta al estudiante espiritual ávido de alcanzar sus posibilidades más elevadas y no le permitirá descansar en interpretaciones de su propia experiencia autocentradas y egogratificantes.

La tercera joya: el Sangha

La siguiente conversación tuvo lugar entre el Buda y su discípulo más cercano, Ananda, tal como se recoge en el *Samuytta Nikaya*:

> El venerable Ananda se acercó al Señor, se postró y se sentó a su lado. Una vez sentad,o el venerable Ananda dijo al Señor:
>
> –La mitad de esta santa vida, Señor, es los amigos buenos y nobles, el compañerismo y la asociación con los buenos.
>
> El Buda respondió:
>
> –No digas eso, Ananda. La amistad, el compañerismo y el asociarse constituyen todo en esta santa vida.

Como el Buda y el *Dharma*, el *Sangha* es mucho más polifacético de lo que parece a primera vista y funciona orgánicamente para proteger al individuo contra los peligros del autoengaño y de la inflación del ego que causan la presunción prematura de estar iluminado. El *Sangha* proporciona una ayuda diferente de la ayuda del Buda y del *Dharma*.

El *Sangha* es la comunida junto a la que el aspirante espiritual se encamina lentamente hacia la perfección. Aunque la mayoría de la gente piensa en la amistad espiritual como un grupo de personas que se unen y comparten sus experiencias y su interés en las enseñanzas espirituales, esto no es más que un efecto colateral. La verdadera amistad espiritual, tal como el Buda habló de ella, implica la dedicación a la realización no sólo del propio potencial más elevado, sino también del potencial más elevado de aquellos con quienes se vive y se practica. La amistad espiritual no depende de gustos y desagrados personales, sino que descansa en la dedicación mutua entre los miembros del *Sangha* para servir a la vida y al desarrollo espiritual de toda la comunidad.

El *Sangha* y el maestro, junto a la conciencia desarrollada por el *Dharma*, sirve como mecanismo de retroalimentación constante. El maestro, aunque fuente objetiva de *feedback*, es sólo un individuo, y a menudo un individuo mucho más solicitado de lo que le es posible atender en un sentido físico inmediato. El *Sangha* es la gente con la que uno vive (quizás compartiendo una casa, quizás solamente a través de interacciones regulares). Los miembros del *Sangha* a veces se conocen entre sí mejor de lo que uno se conoce a sí mismo y pueden reflejarse unos a otros sus puntos débiles. Lee Lozowick sugiere que, si uno sigue su práctica espiritual fuera de una *Sangha*, la posibilidad de pasar por todos los estadios de la vida espiritual es mínima: «Sin un grupo de compañeros, difícilmente hay solución. Es tan fácil deslizarse: primero un poco, luego un poco más y más».

Además, *Sangha* sirve para limar las agudas aristas del ego. El Roshi Jakusho Kwong describe este proceso:

> La metáfora *Sangha* es un conjunto de piedras. Se ponen todas las piedras juntas, se agita el saco y las piedras se rozan unas a otras y se pulen. Si uno no se relaciona con las Tres Joyas, las piedras se hacen cada vez más puntiagudas. Nos pulimos gracias a las formas y al ejercitamiento. Uno no se pule sin roces. Yo empecé mi vida espiritual cuando tenía veinticinco años. Voy a cumplir sesenta y tres. Es todavía un período muy breve. He estado aquí dirigiendo nuestro centro desde hace veinticinco años y ésta ha sido probablemente la época más dura de mi *sadhana*. He criado a cuatro hijos aquí. Las piedras pulen. Yo no lo esperaba. Incluso después de ser un maestro, las piedras pulen.

El período más duro de la *sadhana* del Roshi Kwong tuvo lugar después de convertirse en un maestro y comenzar a vivir y educar a una familia en compañía del *Sangha* (muchos

años después de haber comenzado su vida espiritual). Las agudas esquinas del dominio del ego sólo se suavizan a través de un proceso de continuo roce con otros egos, algo que todo el que ha vivido en un *Sangha* sabe que es un aspecto inevitable de la vida en comunidad. El *Sangha* resulta además enervante para el ego, porque exige relacionarse, y la vulnerabilidad implícita en las relaciones auténticas promete irritar el frágil sentido de control del ego.

Ni que decir tiene que *Sangha* puede también desviar del camino. Si se basa en una premisa falsa, si no se halla sostenido por el contexto del maestro y el Dharma, entonces lo más probable es que los miembros construyan y sostengan una fantasía colectiva acerca de sus creencias, sean cuales sean, y todo el *feedback* que proporcionan estará filtrado por ese mecanismo.

Con el tiempo, cada una de las Tres Joyas se interioriza. Cuando uno ha sido marcado por el maestro, se ha familiarizado seriamente con las enseñanzas y ha visto una y otra vez cómo el *Sangha* reacciona a las manifestaciones de uno, no se puede actuar ya sin un constante flujo de *feedback* interno proporcionado por las Tres Joyas. De este modo, el Buda, el *Dharma* y el *Sangha* se convierten en parte de la propia conciencia.

Las Tres Joyas están continuamente probando, sosteniendo y afirmando o desconfirmando la propia iluminación. El maestro proporciona *feedback* y nos sostiene en nuestras posibilidades más elevadas; el *Dharma* fortalece nuestra percepción mental y despierta nuestra conciencia para que no nos permitamos tolerar la inconsciencia y las falacias; el *Sangha* provoca irritaciones continuas que una falsa iluminación no podría soportar.

Además de la adhesión a las Tres Joyas, antes de que uno proclame estar iluminado, e incluso después de que se suponga que se está iluminado, el practicante espiritual responsa-

ble o el auto-proclamado maestro se expondrá completamente a un proceso de prueba rigurosa y completa que no deja ninguna área de la psique sin cuestionar. En los próximos capítulos exploraremos algunos de estos métodos de comprobación.

16. VERIFICANDO LA ILUMINACIÓN

> Los maestros antiguos atacaban violentamente a quienes proclamaban estar iluminados, pero se negaban a ser verificados, llamándoles "gusanos que viven en el lodo de su autovalidado *satori*."[1]
>
> ROSHI PHILIP KAPLEAU

El rabino Zalman Schachter-Shalomi cuenta la historia de un hombre que compra una pequeña lancha motora y una gorra de capitán; va a casa de su madre y dice: «Mamá, soy capitán». La madre le contesta: «Para mí, tú eres siempre un capitán. Pero, para los otros capitanes, ¿eres un capitán?»

El individuo que proclama su propia iluminación sin haberla comprobado o verificado por sus mayores en el sendero espiritual es como el hombre que cree que es capitán porque tiene su barca y su gorra que puede enseñar.

Según John Welwood, «El proceso de comprobación y de transmisión sirve como una especie de "control de calidad"

1. Philip Kapleau. *Awakening to Zen: The Teachings of Philip Kapleau*. Nueva York: Scribner, 1997, pág. 133.

para asegurar que un maestro dado no distorsiona las enseñanzas para beneficio personal».[2] La tradición de verificar la propia iluminación se halla en la mayoría de las grandes culturas espirituales de todo el mundo. En algunas tradiciones, como el Zen, el proceso de comprobación se ha refinado y formalizado a lo largo de muchos siglos, mientras que en otras tradiciones que no ponen tanto énfasis en una medida definitiva de la "iluminación", la verificación del desarrollo espiritual de uno se teje en la fábrica de los encuentros cotidianos de las relaciones con el maestro espiritual, o de ambas cosas a la vez.

Por el contrario, la mayoría de las tradiciones espirituales recientes no posee esta noción de verificar la iluminación y muchas escamotean el problema con la excusa de que el propio "yo interno" es el verificador último, o con el pretexto de que la espiritualidad contemporánea ha evolucionado más allá de la necesidad de estructuras jerárquicas de comprobación.

Si se toman en serio las intuiciones acerca de los peligros del ego, tal como son compartidas por los grandes maestros contemporáneos, la posibilidad de que la iluminación de alguien pueda ser verificada y lo sea en una tradición espiritual genuina debería ser una muy buena noticia. Ahora bien, la verificación –especialmente la verificación informal– sólo será efectiva si uno responde al *feedback* proporcionado y es capaz de escucharlo objetivamente.

Formas tradicionales de comprobación

Las comprobaciones tradicionales de la iluminación pueden hallarse todavía en algunas escuelas zen contemporáneas

2. John Welwood, «On Spiritual Authority», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 290.

en Occidente, aunque hay también muchas escuelas zen que o bien han "traducido" culturalmente su forma de verificarla o bien la han informalizado. Aunque los modos antiguos a veces se consideran "duros" o "severos", cuando son llevados a cabo por un maestro auténtico constituyen un medio objetivo mediante el cual disipar las interpretaciones y las ilusiones basadas en el ego acerca del propio estado de iluminación.

El proceso de comprobación se transmite de generación en generación de maestros con el fin de ayudar al estudiante a evitar los peligros del autoengaño. Aunque constituye un reto para el ego, el proceso de comprobación honra realmente el potencial espiritual más elevado del individuo, eliminando los deseos egoicos de detenerse antes de cumplir la exigencia última de liberación.

El Roshi Kapleau describe así el valor de la comprobación:

> Las preguntas verificadoras que emplea un *roshi* para determinar si un estudiante ha tenido un verdadero despertar son tradicionales y puede que sean muy pocas. Un fallo, una respuesta incierta a cualquiera de las preguntas o incluso un simple "me parece" puede viciar toda una respuesta. Para que sea aceptable, la respuesta del estudiante ha de ser espontánea, segura e irradiar comprensión por los ojos y el cuerpo tanto como por la boca.[3]

El Roshi Jakusho Kwong, del Centro Zen Monte Sonoma revitaliza la naturaleza del procedimiento tradicional de comprobación en las dos siguientes anécdotas procedentes de su propia experiencia con estudiantes:

> Una persona entró en el *dokusan* [una entrevista con el maestro, que puede utilizarse para comprobar su progreso espiritual] y me dijo:

3. Ibíd., pág. 163.

–No soy nada.
Cogí mi vara y le golpeé, y el estudiante exclamó:
–¡Ay!
Yo le dije:
–Bueno, ¿qué ha pasado?
En otra ocasión entró una persona y dijo:
–Estoy muerto.
Le golpeé con la vara y gritó. Entonces le dije:
¿Qué tal? Es tu cuerpo.
Más tarde puede iniciarse un diálogo.

El Roshi Kwong dice que en la escuela Rinzai del Zen, en la que el maestro ve al estudiante muy a menudo –hasta tres veces al día–, a veces las entrevistas son muy breves, incluso de tan sólo medio segundo; o que a veces en el momento en que el estudiante cruza la puerta, el maestro hace sonar la campana que indica el final de la entrevista. «El maestro puede decir inmediatamente, por la manera de andar del estudiante, dónde se encuentra», explica.

Por otra parte, el Roshi Kapleau dice que también puede ocurrir que uno no sea consciente de su propia iluminación y que el procedimiento de comprobación lo revele. Cita al gran maestro zen Dogen cuando dice: «No crea que necesariamente usted se dará cuenta de su propia iluminación».[4]

Además, la comprobación formal sirve para preservar la pureza de la tradición y evitar la disolución de los criterios de iluminación que grandes maestros han mantenido durante miles de años. Tradicionalmente, sólo un maestro que ha sido plenamente verificado por su maestro, el cual a su vez ha sido plenamente verificado por su maestro, y así sucesivamente, se halla cualificado para verificar a un discípulo. Puede suceder incluso que un individuo que se autoproclama maestro, sin haber sido sancionado por su propio maestro, a

4. Ibíd., pág. 162.

través de un inadecuado sancionar la "iluminación" de sus propios discípulos, disuelva la fuerza y la pureza de un linaje particular.

Formas no-tradicionales de comprobación

Muchos respetados maestros espirituales de nuestro tiempo dirán que en sus escuelas no existe un procedimiento formal para comprobar la iluminación o el desarrollo espiritual (ya sea porque su tradición es relativamente nueva y todavía no ha desarrollado un sistema para probar a los discípulos o porque el énfasis de la escuela no se pone en la "iluminación." Afirman que la verificación del desarrollo espiritual se halla entretejida con las enseñanzas y las prácticas de la escuela. El maestro puede probar la iluminación del estudiante observando cómo responde a una tarea o a un ejercicio dados, o incluso a una pregunta formulada en las situaciones más informales.

Los maestros y los estudiantes que viven cerca unos de otros en una comunidad afirman que el conjunto de sus vidas, juntos, ofrece un maravilloso escenario para la comprobación. Mel Weitzman da una visión de conjunto de este tipo de verificación informal a partir de muchos años de vivir y trabajar en la comunidad zen del norte de California:

> El comprobar la iluminación tiene lugar durante la práctica cotidiana. Los estudiantes practican juntos durante años. Uno está tan cerca de ellos que no se necesita verificar su práctica o su comprensión. No tengo que pensar en la verificación como algo aparte que tenga que hacer, pues la práctica está siendo siempre una comprobación. Todo lo que uno hace es una prueba.

La práctica espiritual –o *sadhana*– es una buena manera de comprobar la iluminación. El estudiante trabaja aumentando la integridad de su práctica y el maestro observa el proceso del estudiante. Como sugiere Weitzman, un maestro que ha pasado toda su vida estudiando los caminos de la mente y los trucos del ego, con frecuencia sabe dónde se halla un estudiante en su desarrollo espiritual a simple vista; ésta es la razón por la que el maestro zen puede tocar la campana para indicar al estudiante que su entrevista ha terminado, antes de que éste haya dado dos pasos más allá de la puerta.

La forma particular de verificación empleada en una escuela espiritual depende de lo que un maestro dado considere que es la expresión óptima del desarrollo espiritual, y no cabe duda de que la "iluminación" significa cosas distintas para cada uno (¡incluso entre aquellos que están ampliamente reconocidos como iluminados!). En algunas escuelas contemporáneas, una serie determinada de visiones indica el progreso en el despertar; en otras, la comprensión se demuestra a través del dominio de ciertos *koans*. Todavía en otras, la disponibilidad a demostrar compasión en situaciones difíciles se considera el verdadero signo de la iluminación.

Maestros probados por otros maestros

El Aghori Vimalananda, mentor espiritual de Robert Svoboda, estaba bien versado en los caminos del karma y estaba entusiasmado en comprobar y descubrir la falsedad de santos y maestros que sobre-estimaban su propia estatura espiritual. Robert Svoboda cuenta lo siguiente: «Casi sin excepción, cada vez que iba detrás de alguien que pensaba de sí mismo que su estatura espiritual era demasiado grande, sin que en realidad lo fuera, consideraba que era responsabilidad suya asegurarse de que descendiera a tierra, cuando no *arrastrarlo* hasta el

suelo». La siguiente historia se la contó Vimalananda a Robert Svoboda acerca de cómo "verificaba" a uno de sus colegas, un maestro espiritual indio llamado Taat Maharaj.

> Fui duro con Taat Maharaj... Uno de mis amigos me llevó hasta él diciéndome que podía sentarse en *samadhi* durante horas, mientras sus seguidores cantaban y susurruban mantras. Yo no me lo creía, así que fui a su *dharsana* (la visita a un santo o la visión de una deidad). Pude ver, fuera de toda duda, que no hacía sino cerrar los ojos y engañar a todo el mundo. ¡Y en medio de ese montaje se suponía que tenía que postrarme ante él! Mientras esperaba, observé cuidadosamente la habitación e ideé un plan. Al volver a casa afilé la punta de un largo clavo de hierro hasta hacerlo fino como el filo de una navaja. Días después volví a Taat Maharaj y me puse en la fila para tocar sus pies de loto. Cuando llegué a estar ante él me postré, levanté mi clavo por encima de mi cabeza y lo clavé en su pie. ¡Dios mío! ¡Qué aullido salió de ese charlatán! Sus gritos llegaban a ahogar los gorgoritos de sus cantantes.
>
> ¿Acaso la mayoría de la gente no hubiera respondido a un clavo en el pie, incluso si hubieran estado en *samadhi*?
>
> No, no si el *samadhi* es auténtico. Alguien que está en *samadhi*, mientras permanezca en *samadhi*, no tiene ninguna percepción del mundo exterior. Si Taat Maharaj hubiera estado realmente en *samadhi*, no hubiera sentido nada ese clavo, ni siquiera un pequeño pinchazo. Pero estaba disimulando, por eso le dolió tanto. Todo el mundo estaba tan perplejo que me dio tiempo a salir rápidamente por la puerta, donde me esperaba un acompañante con el coche y nos fuimos a toda velocidad. ¡No quiero ni pensar lo que me hubiera pasado si me hubieran cogido![5,6]

5. Robert Svoboda en *Aghora III: the Law of Karma*, págs. 262-263.
6. Cuando Robert Svoboda preguntó más tarde a Vimalananda si no había creado karma en su comprobación, Vimalananda dijo: «Hay karma en cualquier actividad, pero este karma merecía la pena, para ver desenmascarado a ese impostor. Es

Desde luego, este ejemplo humorístico (aunque no humorístico para Taat Maharaj) es la *rara excepción* a la regla de comprobación entre iguales. No obstante, demuestra el principio de que los iguales de uno en el mundo de la enseñanza pueden ayudar a un maestro de un modo que nadie más puede hacer. A causa de la dinámica de la corrupción y la complicidad mutua, además de la infalible astucia de la mente egoica, la gente que enseña necesita la ayuda de otros a quienes consideren sus iguales o superiores.

Charles Tart comparte la siguiente fantasía acerca de un "Club de maestros espirituales" que permitiría el diálogo y proporcionaría un terreno firme para la comprobación entre iguales.

> Una vez tuve una fantasía en la que todo el que se estableciese como maestro espiritual sería también miembro de un club especial de maestros espirituales en el que los estudiantes de ningún modo podrían entrar. Se sentarían juntos, beberían cerveza, verían la televisión, hablarían sobre lo que hacían y echarían pestes unos de otros: «¿Tienes estudiantes que hacen eso?» «¡Es la peor idea que he oído nunca!» Sería un lugar en el que recibirían *feedback* de sus compañeros que saben algo acerca de lo que están haciendo. El principio de verificarse mutuamente –colegiadamente– es muy importante.

Reggie Ray y sus compañeros, como vamos a ver, han convertido esa fantasía en realidad, a pesar de vivir y trabajar en distintas partes del país. Ray y sus colegas, nombrados *achar-*

---

cierto que yo tengo ciertas ventajas en este departamento (las ventajas de conocer mis propios karmas y *manubandhanas*) y puedo asegurarte que él merecía lo que tuvo. A menos que uno conozca sus *manubandhanas*, y sepa cómo negar sus karmas, más vale que no haga jugadas como ésa». Robert Svoboda decía que Vimalananda nunca temía sufrir o causar sufrimiento a otros cuando pensaba que sería útil dar una lección a alguien.

yas ("profesor" en sánscrito) por Sakyong Mipham Rinpoche, hijo y sucesor de Chögyam Trungpa Rinpoche, están en relación unos con otros y se encuentran regularmente en retiros.

> Una o dos veces al año nos reunimos y estamos una semana practicando y hablando. Es una experiencia maravillosa, una experiencia muy dolorosa. Cuando eres un maestro y estás con tus estudiantes es una cosa, pero cuando estás con tus compañeros y todo el mundo está a gusto, simplemente siendo cada uno lo que es, tienes la impresión de ser reducido a una mota de polvo. Es un correctivo muy bueno cuando estás con tus compañeros y reaccionan al ver que estás exagerando algo. Cuando empiezas a creer que eres alguien, tus compañeros dicen: «¡Calla hombre!». Es bueno tener amigos así.

Desgraciadamente, los maestros y estudiantes que más se resisten a relacionarse con sus iguales y sus superiores en el sendero generalmente son los que más lo necesitan. Conscientemente, o más probablemente de manera inconsciente, saben que sus iguales descubrirán sus juegos y manipulaciones egoicas. Comentando una situación en la que un maestro espiritual muy popular se había aislado de toda relación con sus iguales en el mundo de la enseñanza, Ken Wilber pregunta:

> ¿Qué haría el maestro mundial más iluminado de la historia en el mundo? ¿Ocultarse? ¿Evitar los conflictos? ¿Huir? O, por el contrario, se comprometería con el mundo, saltaría al ruedo del diálogo, se encontraría con otros maestros y adeptos religiosos, intentaría comenzar un diálogo universal que pondría a prueba sus verdades en el fuego del círculo de aquellos que podrían suponer un reto para él de manera muy útil... Comprometerse de esa manera exige coraje

moral. Requiere una disposición a comprometerse y responder.[7]

¿Puede uno probarse a sí mismo?

Como respuesta a la pregunta de si uno puede comprobar su propio progreso espiritual, de manera segura, Arnaud Desjardins advierte: «Hace falta una total honestidad y deseo de verdad, así como un total avergonzarse de la falsedad» La autocomprobación es un territorio peligroso cuando se utiliza como la única forma de verificación. La posibilidad de autoengaño (incluso en la persona extraordiariamente honesta y sincera) es demasiado grande para considerar la autocomprobación como la única fuente de confirmación de la propia iluminación.

Cuando se preguntó a Reggie Ray si un individuo puede crear modos de probarse a sí mismo, en caso de no tener un sistema de verificación disponible, contestó: «Creo que si uno sabe que necesita una verificación, eso es ya un gran paso. Creo que bien podría suceder que las pruebas se presentasen en el instante mismo en que se reconoce que se necesitan».

Aprender a verificarse a sí mismo es algo muy valioso; no obstante, no debería considerarse la forma exclusiva de comprobación, pues podrían surgir dificultades.

Autocomprobaciones

Aunque casi todos los maestros e instructores incluidos en este volumen recomiendan servirse del propio maestro o de

7. De *Ken Wilber On Line*, «The Case of Adi Da», presentado por Shambhala Publications, 1996, 1997, págs. 2-3.

sus iguales en el campo de la enseñanza como manera de permanente puesta a prueba de la iluminación y el progreso espiritual de uno, sugieren también que podrían usarse guías para la autoevaluación.

La necesidad de saber todo es uno de los indicadores de un despertar incorrecto

Si alguien que se cree iluminado no puede soportar "no saber", debería cuestionarse su iluminación. La iluminación no es lo mismo que la omnipotencia. Los individuos que presumen prematuramente de su propia iluminación con frecuencia se ven metidos en dificultades cuando pretenden saber más de lo que saben, porque creen que eso justificará su iluminación. Muchos maestros, cuando se les insiste preguntándoles sobre las cuestiones difíciles de la vida, responden diciendo: «No lo sé. Es una cuestión muy difícil».

Los sueños pueden servir de ayuda, pero también ser engañosos

Se puede buscar confirmación en los sueños, ¡pero debería buscarse también un maestro para que confirme los propios sueños! Reb Zalman cuenta una historia que resulta significativa:

> Hay una hermosa historia sobre esto: un hombre llega al maestro Kotzker y le dice:
>
> –Mi padre se me ha aparecido en sueños y me ha dicho que debo convertirme en maestro.
>
> Kotzker se rió tanto que el hombre dijo:
>
> –Maestro, ¿de qué se ríe? Esto es muy serio.
>
> Entonces Kotzker dijo:
>
> –Bueno, si su padre se hubiera aparecido en sueños a 300 o 400 personas y les hubiera dicho que usted es el maestro, lo hubiera tomado más en serio.

«Asegúrate de que sabes que no estás iluminado»

En algunas tradiciones se considera importante saber si uno está iluminado o no, mientras que en otras tradiciones es relativamente irrelevante. La incertidumbre y el respeto reverencial ante la naturaleza misteriosa de la iluminación pueden ser más útiles que la confianza y el carisma. Charles Tart, medio en broma, medio en serio, sugiere:

> En lo que respecta a la iluminación, lo más acertado es estar seguro de saber que no estás iluminado. Entonces tendrás cuidado. Pero en cuanto tienes la sensación de que estás iluminado, no vas a preocuparte de tus fallos. No vas a buscar *feedback*. Todo parece verificar tu postura y resulta muy engañoso.

¿Cuán iluminado estás cuando arrecian tiempos difíciles?

Una excelente prueba de iluminación es darse cuenta de lo iluminadamente que se comporta uno cuando se halla en situaciones de gran sufrimiento, estrés o incomodidad, o cuando las cosas no van como se quisiera.

Cuando los problemas golpean inesperadamente, cuando nos meten el dedo en la llaga o cuando llega una crisis para la que no estamos preparados, ésa es la prueba. Si creemos que estamos iluminados y una mirada sucia o un comentario sarcástico por parte de alguien puede sacarnos de quicio, deberíamos cuestionar nuestra iluminación.

¿Soy libre?, ¿sí o no?

Después de unos cincuenta años de estudios y enseñanzas espirituales Arnaud Desjardins indica lo siguiente:

> Están aquellos que han estudiado, que han entendido algo, han tenido alguna experiencia, pero que muestran de-

bilidades... Están aquellos que hablan de manera convincente, meditan hermosamente, pero que no son libres. Hablar de la liberación con "L" mayúscula no es difícil, pero de la libertad interior sí lo es. Y ésta esé la gran pregunta que uno ha de hacerse a sí mismo: «¿Soy libre?, ¿sí o no? ¿Reacciono?, ¿sí o no? ¿Soy uno con el otro o todavía somos dos?»

Escuchar y respetar el feedback *del universo*

Lewellyn Vaughan-Lee narra la siguiente conversación: «Alguien dijo a Gandhi: "Usted afirma que está guiado. También Hitler lo decía, así que ¿cómo puede discriminar entre ambas afirmaciones?" Y Gandhi dijo: "Observe los resultados."»

El universo siempre responde. Y si uno no puede escuchar o no entiende la respuesta del universo con claridad, puede preguntar a otros que vivan cerca si su experiencia está mostrando resultados (verdaderos resultados) con la gente, no con los ángeles.

Jack Kornfield dice que si uno quiere saber acerca del maestro zen, debería preguntar a su esposa o su esposo. Esto es cierto no sólo del maestro zen, sino de cualquiera que proclama (externamente o de manera secreta a sí mismo) estar espiritualmente avanzado. Nuestras esposas, niños, amigos cercanos e incluso colegas en el trabajo nos están proporcionando *feedback* constantemente.

«La propia vida es un fantástico mecanismo de *feedback* –sugiere Lee Lozowick–, si podemos leer los signos. La vida está constantemente diciéndonos cuándo estamos sintonizados y cuándo no. A veces los signos son muy obvios, pero otras veces son muy sutiles.» Si los aspirantes espirituales supieran interpretar los mensajes del universo de manera coherente y sin equivocarse, no habría tanta necesidad de comprobación externa, pero debido a los filtros egoicos, para la mayoría de

la gente es muy difícil interpretar de manera rápida y adecuada el *feedback* que reciben.

El tiempo dirá

La gran prueba para todos los maestros y aspirantes espirituales (con o sin verificaciones formales o informales) es el tiempo mismo. Son pocos los individuos, si es que hay alguno (incluso entre quienes consiguen mantener sus castillos de arena espirituales durante décadas), que logran escapar de gran prueba del tiempo. Muchos pueden mantener estados exaltados durante largos períodos, pero los procesos pesados y monótonos de la vida cotidiana terminan separando lo verdadero de lo falso. A menudo hace falta que pasen años o décadas para ver lo que sucede con la propia iluminación.

En el capítulo 20, Claudio Naranjo habla de cómo estaba firmemente establecido en su función de instructor sobre la base de su iluminación antes de que su claridad comenzase a disiparse. El valor de ejemplos como el de Naranjo está en que sirven como aviso para no proclamar la iluminación demasiado pronto, incluso después de experiencias exaltadas y duraderas. Todos los grandes maestros tienen historias de estudiantes que entraron en lo que creían ser la iluminación permanente y algún tiempo después cayeron. Lee Lozowick comenta:

> ¿Qué define la iluminación? La propia relación constante con la vida. Si la relación cotidiana con la vida continúa siendo egocentrada, obviamente uno sabe que sean cuales sean las palabras que salgan de su boca, algo falla en su magnánima filosofía. Pero si la relación constante de alguien con la vida –a lo largo del tiempo, de años– es de servicio, entonces uno puede decir: «Quizás haya una relación estable de no-separación con la realidad».

El tiempo dirá. La propia iluminación será comprobada, ya sea que uno responsable y voluntariamente se ofrezca a la comprobación formal o informal del maestro y/o de sus iguales, o que uno espere a que la vida se abra paso a través de las ilusiones y plante la realidad delante de sus narices.

Robert Svoboda: «La prueba de la vara de Aghori Baba»

Debería haber sabido mejor cuándo llegaba la hora de la vara de Aghori Baba. La vara de Aghori Baba tenía una gran *shakti* en ella. Era el tipo de cosa que si la dejas debajo de la cama de alguien a punto de morir evitaría que muriese, al menos durante un tiempo. La vara de Aghori Baba la había recibido Vimalananda de Gurú Maharaj cuando vino a Bombay. Había estado guardada en el ropero desde entonces. Así que, un día, de repente, la hermana de leche de Vimalananda, Roshni, dijo:

–¿Qué sentido tiene mantener así la vara de Aghori Baba? Deberíamos devolvérsela a Gurú Maharaj.

–¿Qué necesidad hay de hacer eso? –pregunté yo–. Es algo poderoso y está en el ropero haciendo su propio trabajo. ¿Por qué no tendría que seguir ahí?

–No, estoy firmemente convencida de ello –contestó Roshni.

–Mirad. Vamos a ir a visitar a Gurú Maharaj la semana que viene. Si él dice algo, entonces haremos algo.

Gurú Maharaj no había mencionado la vara durante los treinta años pasados, pero ese día la mencionó:

–¿Qué habéis hecho de la vara que os di?

–Está en el ropero. ¿Quiere que se la devolvamos? –preguntó Roshni.

Pero cuando Gurú Maharaj daba algo a alguien, nunca pedía que se le devolviera.

–No, no la quiero. Arrojadla al océano –dijo.

–Si quiere, puedo tirarla al Ganges –dijo Roshni.

–Arrójala al océano. Si hubiera querido que la arrojaras al Ganges, te hubiera dicho que la arrojaras al Ganges.

Después de salir de allí, Roshni dijo:

–Veis, eso es lo que os había dicho.

–Mira –dije yo–. Dijo que la arrojáramos al océano. Lo mejor que podemos hacer es que yo me la lleve a América. El mes que viene voy a Estados Unidos y tendré tiempo de experimentar con ella. Luego la traeré de nuevo, y antes de que vayamos a visitarle el año que viene, la arrojaré al océano.»

Roshni contestó:

–Ese no es un buen pensamiento para ser entretenido bajo su techo. No es un buen signo.

Esa tarde todos dormimos la siesta. Yo tuve un sueño inhabitual y me desperté con fiebre. Por la tarde, Gurú Maharaj vino, se sentó y habló. Mientras observaba lo que me pasaba a medida que mi fiebre subía cada vez más, nos dijo:

–Sabéis, hace mucho tiempo que estoy en esto. He conseguido todos los *siddhis*. No hay gran encanto en todos esos poderes. Lo que quiero conseguir es el *siddhi* consistente en que cuando haga algo por alguien, si no admite que lo he hecho, algo le saltaría al cuello y le obligaría a hacerlo. Veis, justamente ahora tengo que hacerlo yo mismo. Más bien me gustaría tener el tipo de *siddhi* en el cual ello sucede automáticamente.

Yo pensé:

–Esto no es un buen signo. Es una mala señal.

Gurú Maharaj se fue por la noche y Roshni dijo:

–Veis, ya os lo había dicho.

Rápidamente me arrepentí y la fiebre descendió. Pero soy una persona muy tamásica, así que en cuanto la fiebre bajó el arrepentimiento desapareció. La fiebre volvió. Y una vez más me arrepentí. La fiebre desapareció. Y de nuevo dejé de arrepentirme. Le dije al universo: «Mira, sólo la usaré unas semanas aquí en la India, no me la llevaré a América». La fiebre subió de nuevo. Estuve negociando hasta que fui a

Madurai y me hice un análisis de sangre: todo era negativo. No había razón para que estuviera enfermo. Finalmente, me di cuenta de que si no cooperaba con él, podría no irme bien. Al final decidí: «De acuerdo. La arrojaré al océano en Bombay». Mi fiebre desapareció y ya no volvió a aparecer. Fui a Bombay, ojo no la arrojé al océano inmediatamente. Pero, al final, terminó en el océano.

17. PURIFICACIÓN PSICOLÓGICA

> No tengan expectativas poco realistas: «Hoy estoy completamente negativo, esta noche meditaré y mañana estaré completamente puro». Uno no puede purificarse durante la noche. Tales expectativas no sólo están equivocadas, sino que ellas mismas se convierten en obstáculos.[1]
>
> LAMA THUBTEN YESHE

La purificación psicológica es la limpieza y eliminación de los añadidos psicológicos que se han acumulado a lo largo de una vida de inconsciencia y de destrucción psíquica acumulada a lo largo de vidas de karma. A través de este proceso de purificar y arrojar los excesos y las comprensiones y percepciones incorrectas, aquello que es esencial y siempre puro se torna consciente y manifiesto. De este modo, a medida que uno se embarca conscientemente en el proceso de purificación, las ideas falsas y las presunciones, las capas de oscuridad y las percepciones neuróticas que motivan la presunción falsa o prematura de la propia iluminación se aban-

1. Thubten Yeshe. *El camino tántrico de purificación.* Novelda, Alicante: Ediciones Dharma, 1996.

donan de forma natural. Lo que queda es una claridad de percepción que capta de manera adecuada la distinción entre experiencias místicas e iluminación duradera, entre motivaciones puras e impuras, entre las suposiciones y la realidad.

La purificación psicológica suele ser el aspecto más habitualmente olvidado del proceso de purificación entre quienes presumen prematuramente de estar iluminados. Estos individuos están dispuestos a emprender austeridades y privaciones, sensaciones corporales intensas, visiones y fiebres –cosas que pueden ser síntomas de una purificación avanzada o no–. Sin embargo, frecuentemente no se hallan dispuestos a abordar el nivel más básico de purificación, que implica la eliminación de las capas más externas de su autonegación y el hacer frente a esos aspectos de sí mismos, inconscientes, que inhiben la claridad de percepción necesaria para su progreso espiritual.

El resultado de un fallo en el tomarse en serio la purificación psicológica queda ilustrada en un *sadhu* o renunciante occidental, de origen holandés, que vive en el sur de la India. Prakash, tal como se llama, ha vivido en la India y practicado su *sadhana* como discípulo de un gran maestro durante cincuenta años, aunque su maestro murió años antes de que él llegara a la India. Prakash dirige su propio *ashram*, fantasea con ser un maestro espiritual y emprende de manera rigurosa su práctica espiritual intensa durante muchas horas cada día (oración, estudio, cánticos, servicio). Apenas tiene quien le iguale entre los *sadhus* –tanto occidentales como orientales– en lo que respecta a conocimiento y articulación del *dharma* de todas las grandes tradiciones espirituales. Y, sin embargo, sólo tiene un estudiante, e intuitivamente sabe, aunque se resiste a admitirlo, que después de más de cinco décadas de valiente *sadhana* no ha alcanzado su meta y puede que nunca la alcance.

Prakash está entrando en sus ochenta y cinco años y no puede entender por qué no se ha iluminado todavía. Sin embargo, para quienes le conocen, resulta obvio dónde se halla bloquea-

do y también que, si no puede o no logra disolver ese bloqueo, nunca logrará la iluminación en esta vida. Este hombre, erudito y sabio, sufrió brutales palizas durante niño, tanto de sus padres como en los campos de concentración filipinos. Lleva consigo un nivel profundo de sufrimiento personal y psicológico, así como heridas sexuales a consecuencia de haber sido violado en los campos de concentración, y todo ello bloquea de manera decisiva cualquier apertura que pudiera permitir la sanación psicológica y con mayor razón la energía de lo desconocido que le consumiría. Está tan aferrado a su dolor infantil que no puede dejarse ir hacia Dios.

Jack Kornfield explica la necesidad que tiene el estudiante espiritual de liberarse de los bloqueos psicológicos y emocionales fundamentales:

> Si no hemos completado las tareas básicas para el desarrollo de nuestras vidas emocionales o somos todavía muy inconscientes respecto a nuestros padres o familias, nos daremos cuenta de que somos incapaces de profundizar en nuestra práctica espiritual. Sin ocuparnos de esos problemas, no seremos capaces de concentrarnos durante la meditación o seremos incapaces de aplicar en nuestra relación con los otros lo que descubrimos en meditación.[2]

Aunque muchos lo han intentado, la purificación no puede escamotearse. Si uno tropieza con algo que pueda llamarse, en un sentido lato, "iluminación", sin haberse purificado suficientemente, está destinado a encontrar dificultades continuamente en la vida espiritual, especialmente con relación a sus estudiantes si se convierte en maestro espiritual. Una debida purificación en el sendero espiritual (particularmente de los niveles "inferiores" de las tendencias psicológicas) reduce considerablemente la posibilidad de percibir erróneamen-

2. Jack Kornfield. *Camino con corazón.* Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.

te la propia iluminación y aumenta la probabilidad de estar adecuadamente equipado para manejar su iluminación de manera responsable cuando surja.

La necesidad de purificación psicológica

No podemos ser útiles a Dios o a la Verdad a menos que comprendamos la condición humana, y el modo de conocer la condición humana no es investigando nuestros cuerpos astrales y nuestras vidas anteriores, sino aprendiendo nuestro propio funcionamiento psicológico mecánico. Aunque nuestro funcionamiento psicológico abarca sólo una fracción de lo que somos, nuestra errónea identificación con ello constituye el aspecto abrumadoramente dominante de aquello que creemos ser. Lee Lozowick descubrió la importancia de trabajar con el proceso de purificación psicológica como parte del desarrollo espiritual en sus primeros años como maestro espiritual.

> Cuando empecé mi trabajo como instructor, la gente tenía experiencias fenoménicas, pero sus hábitos, sus neurosis, no cambiaban. Vi con claridad que si la gente no trabajaba con su psicología, por muy devotos y sinceros que fuesen, se hallaban bloqueados en cierta etapa. Si no nos hacemos cargo de manera efectiva de nuestra psicología, podemos olvidarnos del trabajo espiritual. No quiere decir que no tengamos experiencias, pero siempre volveremos a perderlas.

Judith Leif sugiere que miles de años antes de que surgiese el campo formal de la "psicología", había maestros espirituales que trabajaban eficientemente con sus estudiantes para purificar esos aspectos de sí mismos que más tarde se llamaron "psicológicos". El *Abhidharma* o la psicología budista ha estado ahí desde hace unos dos mil años, pero se consideraba

un aspecto inherente al desarrollo espiritual que no se separaba de la vida espiritual. Se basa en la comprensión de que todos los niveles del ser humano han de ser tenidos en cuenta para lograr un desarrollo espiritual equilibrado.

Sin embargo, muchos respetados maestros espirituales previenen sobre el trabajo psicológico porque buena parte del mismo tiende a concentrarse en la psicología del individuo y a intentar que se sienta mejor, sin catalizar ninguna transformación genuina. A veces, ciertamente, el trabajo psicológico retrasa el progreso espiritual creando una fantasía de transformación, cuando en realidad no ha hecho sino crear una ilusión más hermosa. El trabajo espiritual no tiene que ver con la comodidad, sino con una creciente entrega a la presencia de Dios o de la Vida en la vida de uno mismo.

Cuando el trabajo psicológico se hace por sí mismo, no afecta al crecimiento espiritual. Sin embargo, cuando el trabajo psicológico se utiliza como un medio para desatar un nudo psicológico que está impididendo el progreso espiritual evitando un desarrollo espiritual equilibrado, se convierte en una herramienta efectiva al servicio de ese desarrollo.

La purificación psicológica como trabajo básico para enseñar

La purificación psicológica, sea cual sea la forma que tome, constituye un trabajo fundamental, especialmente para quien quiere convertirse en maestro. El descuidar inconscientemente la necesidad de este tipo de purificación ha propiciado la caída de muchos maestros que proclamaron prematuramente su propia iluminación. Aun si la psicología personal del maestro no inhibe su propia maduración espiritual, tendrá que hacer frente a toda manipulación psicológica concebible, tanto procedente de su propia psique como de la de sus estudiantes. Los estudiantes necesitan un maestro que posea los medios hábiles para ayudarles a navegar a través de su laberinto psicoló-

gico. Por tanto, el maestro ha de estar profundamente familiarizado no sólo con su propia dinámica psicológica, sino con *las* principales dinámicas psicológicas que suelen manifestar los individuos en su cultura.

Jack Kornfield explica la necesidad que tienen los maestros de emprender la purificación psicológica sugiriendo que como nuestra conciencia y nuestra intuición no necesariamente se transmiten de una dimensión de la vida a otra, la expansión en un aspecto de la vida puede dejar otros aspectos contraídos. «De este modo –escribe– hallamos fantásticos maestros de ceremonia del té que permanecen confundidos y retardados en las relaciones íntimas, o yoguis que disuelven sus cuerpos en la luz, pero cuya sabiduría se desvanece cuando entran en el mercado.»[3]

La purificación psicológica debe finalmente llevar a uno cara a cara con la propia sombra: los aspectos oscuros, inconscientes que han sido reprimidos y negados porque se consideraban "malos" o se experimentaban con incomodidad. Aunque la mayoría de la gente se resiste a enfrentarse deliberadamente con su propia sombra o su submundo, es algo necesario para quienes quieren purificarse hasta un grado en el cual el peligro de creerse prematuramente iluminado se reduce considerablemente.

La verdadera naturaleza de la iluminación es el matrimonio de la iluminación y la "oscuración". No se puede experimentar las alturas del trabajo espiritual a menos que se esté dispuesto a experimentar las profundidades. Carl Jung articuló este punto cuando escribió: «Uno no se ilumina imaginando figuras de luz, sino haciendo consciente la oscuridad. Este último proceso es desagradable y por tanto no es popular».[4]

3. Jack Kornfield. *Camino con corazón*. Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.
4. Carl G. Jung. *Collected Works*. Londres: Routledge & Kegan Paul, vol. 13, pág. 335.

Un trabajo permanente

El proceso de purificación es permanente. Como afirma Charlotte Joko Beck, incluso *ella*, una reconocida maestra, continúa trabajando con los deseos de sensación, seguridad y poder.

> ¿Por qué hablar de iluminación? Cuando una persona está preparada, cuando ese anhelo de saber es fuerte, tanto al maestro como al discípulo les resulta obvio qué hay que hacer a continuación. Necesitamos trabajar pacientemente con nuestras vidas, con nuestros deseos de sensación, de seguridad, de poder, y nadie está libre de ellos, ni siquiera yo. Así pues, os estoy pidiendo que reexaminéis algunos de vuestros pensamientos en torno al deseo de lograr la iluminación y que hagáis frente a este trabajo que ha de hacerse con constancia e inteligencia.[5]

Resulta irónico que los maestros autoproclamados y que presumen antes de tiempo de estar iluminados con frecuencia se describen a sí mismos como habiendo trascendido todo deseo y todo apego, mientras que aquellos maestros que han demostrado su integridad a lo largo de muchos años de trabajo estable y coherente con estudiantes afirman estar siempre en proceso de purificación.

La purificación es interminable. Los niveles psicológicos de purificación constituyen la base de este proceso, pero los niveles sutiles de bloqueos y de karmas son interminables. Especialmente si uno está realizando la función de instructor, en la cual uno se ha obligado a servir a sus estudiantes, cada último trozo de ego que no ha sido purificado se manifestará.

En *El rugido del león,* Trungpa Rimpoche analiza cómo cada nivel de la práctica espiritual tanto purifica las neurosis

5. Charlotte Joko Beck. *El zen de cada día.* México D. F.: DEMAC, 1993.

como *crea* posteriores neurosis que necesitan ser purificadas. La sabiduría que se adquiere a lo largo de cada nivel sucesivo de desarrollo lleva también consigo aspectos peculiares de este nivel de desarrollo. Termina diciendo a un estudiante: «No termina nunca, no termina nunca, querido amigo».[6]

6. Chögyam Trungpa. *The Lion's Roar: An Introduction to Tantra.* Boston, Massachusetts: Shambhala Publications, 1992, pág. 186.

18. *SADHANA*, MATRIZ, INTEGRACIÓN Y DISCRIMINACIÓN

> La solución es posible. Hay una solución para el sufrimiento que experimentamos. La respuesta es: "práctica"; y la práctica es ahora. Deberíamos pensar: «Necesito practicar. Dios necesita que practique. El universo necesita que practique. El gurú necesita que practique. Yo necesito practicar, quizás más que nadie». Cultiva la perspectiva de la práctica como solución, no el despertar o la iluminación. La práctica tiene lugar ahora, no como el despertar, que puede que algún día suceda.
>
> LEE LOZOWICK

La *sadhana* o práctica espiritual es el vehículo a través del cual tienen lugar la purificación, la construcción de una matriz y la integración. La *sadhana* consiste en todas las prácticas espirituales formales e informales que un estudiante emprende bajo los auspicios de un maestro como parte del entrenamiento en una escuela espiritual. Tanto la matriz como la integración son aspectos de la *sadhana* y frutos de la misma. Construir una matriz se refiere al cultivo de una base, un contexto, lite-

ralmente una «estructura» sutil dentro de uno mismo que pueda contener y procesar de manera eficiente el conocimiento y las experiencias espirituales. La integración es el proceso a través del cual se asimilan las experiencias y el conocimiento en el propio ser mediante la aplicación práctica de la visión intuitiva y la experiencia de la vida cotidiana. La *sadhana*, la matriz, la integración y la discriminación, junto a la purificación, forman un proceso interrelacionado, una gran red protectora ante los peligros de la percepción errónea de la propia iluminación, así como un refugio de los otros peligros de percepción equivocada, tan comunes en la vida espiritual.

La sadhana

La mayoría de la gente que realiza afirmaciones prematuras de iluminación rechaza reconocer la necesidad no sólo de un largo período de *sadhana* en su vida, sino de toda una vida de *sadhana*, una vida de práctica continua, de estudio y profundización de la propia comprensión. Sensei Danan Henry analiza hasta qué punto, como reacción al brote inicial de práctica espiritual monástica que caracterizó al zen occidental en los años sesenta, el péndulo osciló hacia lo que se denomina un "Zen Budji" un zen filosófico en el que no hay ni práctica seria ni verdadera realización. El Zen Budji, que camina en paralelo con muchas de las prácticas espirituales contemporáneas en todas las tradiciones nuevas, es una práctica dirigida por uno mismo. «Uno mismo dirige el espectáculo –comenta Danan Henry– todo el día, cada día. Se sienta cuando le apetece. Va al templo cuando le apetece. Es una práctica dirigida por el ego. El ego siempre está interesado en sí mismo. Si se siente un poco nervioso y alterado, hará un poco de práctica para sentirse un poco más calmado. Eso es egotismo, no práctica ni abandono ni entrega del ego.» El

Zen Budji, al igual que las prácticas espirituales del movimiento contemporáneo Nueva Era, es *sadhana* del ego. El ego la dirige, el ego cosecha sus frutos y el ego puede sentirse seguro en el hecho de que está, ciertamente, practicando su camino hacia la iluminación, que de todos modos está ya presente.

En *Los tres ojos del conocimiento* el filósofo Ken Wilber denuncia la noción de que uno pueda iluminarse a través de conceptos e ideas sobre la espiritualidad. Analiza y condena la premisa de que aprender un nuevo paradigma pueda sustituir los esfuerzos de purificación y práctica espiritual y sugiere que esto deberíamos haberlo aprendido de nuestros errores en la historia reciente. Confiamos en ser una excepción a la regla de la práctica. No obstante, todos los grandes maestros y pensadores, así como los grandes estudiantes espirituales que han intentado seguir el camino fácil y han fracasado han enfatizado la necesidad de la práctica espiritual disciplinada. «Una gran experiencia no te convierte en un santo –declara el rabino Zalman Schachter-Shalomi–. Es el trabajo moral intenso lo que te convierte en un santo.»

Danan Henry analiza la noción de práctica en términos de alinearse con los preceptos budistas. Aunque los preceptos, igual que los "mandamientos" judeocristianos y las normas de toda tradición, a menudo se interpretan como reglas, en realidad constituyen una expresión de la *sadhana* madura. Se practican para alinearse con el punto de vista iluminado, no por razones moralistas autoimpuestas o motivadas por el temor.

> Los preceptos del budismo (no matar, no mentir, no robar, etc.) no son mandamientos. El budismo no se ocupa de la autorreforma –y lo mismo sucede con cualquier tradición espiritual–, sino de vivir a partir de la verdad, y los preceptos son el modo de vivir espontáneamente la persona ilumi-

> nada y desarrollada de verdad. Es la conducta de alguien que ha alcanzado la budeidad completa. Hay que practicar, practicar y practicar; refinar y refinar, hasta que se vive verdaderamente una vida de iluminación. Se viven los preceptos y esto constituye un testimonio de tu iluminación, no de alguna reforma autoimpuesta sobre la que se descanse.

Lee Lozowick dice que cuando uno se halla en plena experiencia de despertar es el momento de solidificar y objetivar el significado de la práctica, así como de emplear la iluminación temporal para descubrir la mejor manera de continuar con el fin de llevar una vida basada en ese despertar. Desgraciadamente, la mayoría de la gente resulta tan transportada en el momento del despertar, descubriendo que no hay "ningún sitio al que ir, nada que hacer", o alguna otra intuición no-dualista, que pierde la oportunidad de aprender algo de ese despertar que alimente su práctica espiritual.

Si el ego quiere ser un mártir para intentar probar su existencia, la práctica se convertirá en una herramienta para construir el martirio. Si el ego quiere evitar las relaciones, la práctica se convertirá en una noble excusa para evitar las relaciones. Como hemos visto, el ego puede aprovecharse de *todo*, incluso de las nociones de práctica, iluminación y espiritualidad, y utilizarlo para fortalecer más su propia fortaleza.

La práctica es también otro modo de poner a prueba la iluminación. Los frutos de la iluminación pueden verse fácilmente en el modo como uno practica en la vida diaria, y no existe *sadhana* más exigente que vivir de manera consciente e intencional. El Roshi Weitzmann sugiere: «La práctica te pondrá a prueba hasta tus últimos límites. Ésta es la prueba. La práctica te pondrá a prueba hasta el límite y tendrás que extraer algo que no sabías que tenías».

La práctica no ocurre de golpe y no debería esperarse entrar en el camino espiritual como un practicante refinado y

avanzado. La práctica construye lentamente el poder de practicar. Poco a poco, el poder de la práctica construye una matriz, una base dentro del practicante que le permite mantener los beneficios crecientes y las exigencias que impone la propia práctica.

La matriz

Una matriz es una base o una estructura energética que se construye lentamente a través de la *sadhana*. Le permite al individuo contener energías y procesos espirituales superiores e integrarlos en su vida cotidiana.

Bob Hoffman, fundador del Proceso Hoffman de la Cuaternidad, dice: «Mucha gente que hace un cierto trabajo espiritual pone nata montada encima de basura. La nata montada es auténtica, pero la basura empezará a apestar a través de la nata montada». La "nata montada" de las experiencias espirituales, como Hoffman las denomina, posee un valor limitado e incluso puede ser engañosa si se sitúa sobre la basura de la estructura egoica no purificada. El exterior puede parecer bueno, pero si no hay nada sólido debajo, no se sostendrá. La práctica constante crea esta solidez. El cuerpo resulta energéticamente fortalecido para permitir un mayor influjo de fuerzas transformadoras y la estructura emocional se estabiliza para que uno pueda permanecer firme ante la intensidad incrementada de la actividad emocional que llega con el proceso de purificación.

«La tarea del sendero espiritual –explica Llewellyn Vaughan-Lee– consiste en ser capaz de contener las experiencias místicas para que no creen desequilibrio en la gente, pues algunas de ellas pueden ser muy poderosas.» Cuando se tiene acceso a experiencias místicas y no existe una matriz suficiente para sostenerlas, generalmente ocurre una de estas tres cosas: una, producen una emergencia espiritual; dos, se malin-

terpreta su valor y causan inflación del ego; o tres, desaparecen sin catalizar ninguna transformación. En este capítulo comentaremos estas tres posibilidades.

Los maestros zen de antaño decían que no es la cualidad de la iluminación lo que hace a la persona, sino la cualidad de la persona lo que hace la iluminación. Una matriz sólida se forma a través de años de práctica espiritual que moldea, configura y pule el carácter individual para que la calidad de la persona sirva como vehículo refinado para contener la energía de la iluminación.

La matriz es el vehículo en el que la energía de la iluminación, Dios o la Verdad se instala, y la práctica espiritual es el médium a través del cual se limpia la casa (se purifica) y se prepara. Cuando el buscador espiritual no hace el trabajo preparatorio necesario, invita a Dios a trasladarse a una casa descuidada, inapropiada para tal majestad. Llewellyn Vaughan-Lee expresa lo siguiente:

> Hay que crear un contenedor en el interior de uno mismo para poder contener las experiencias místicas. La mayoría de nosotros estamos tan agobiados por nuestros problemas, nuestros sentimientos de fracaso, de inferioridad –todos los problemas con los que hemos crecido– que tenemos la casa abarrotada. Si imaginamos que la psique es como una casa, si la casa está llena con todo tipo de cosas y entra la energía del Yo superior, ésta rebota contra todos los muebles y produce un caos absoluto. Uno no puede contenerla y resulta muy perturbado. He conocido a gente que no había tenido un contenedor para sus propias experiencias y como resultado ha sufrido.

Se dice que si uno contemplase totalmente el rostro de Dios quedaría tan impresionado que podría perecer. Éste es el tipo de energía con el que están jugando los buscadores espirituales ingenuos. Sin una preparación adecuada, pueden en-

contrarse en una situación que no están capacitados para manejar. La práctica espiritual construye un nuevo cuerpo de hábitos (hábitos conscientes, intencionales) que sustituyen a los antiguos hábitos neuróticos y pueden utilizarse para contener e integrar las energías superiores.

El tener una matriz no sólo es útil para el buen uso de las experiencias místicas, sino que en algunos casos puede ser muy perjudicial *no* tener una matriz. «Algunas personas tienen una experiencia muy profunda a una edad muy temprana –explica Joan Halifax–, pero no tienen la madurez emocional necesaria para conservarla, pues las formaciones mentales son muy fuertes. Los patrones de hábitos son tan fuertes que resulta difícil mantener la visión despierta. De ahí que para mucha gente sea una carrera cuesta abajo, con una gran cantidad de autorreproches, sentimientos de inadecuación, de desánimo, de traición, etc.»

Vaughan-Lee dice que el influjo de energía espiritual que a veces llega de manera inesperada en el comienzo del camino espiritual o incluso a quienes experimentan con drogas o llegan a tener una experiencia por accidente, literalmente vibra a una frecuencia tan alta que un compuesto psicoorgánico no puede contener simultáneamente la conciencia ordinaria y la conciencia expandida.

Los sufíes de Nishapur, el linaje al que pertenece Vaughan-Lee, advirtieron la necesidad de una matriz adecuada para contener conscientemente las experiencias místicas y diseñaron su sendero durante muchos siglos para introvertir las experiencias espirituales hasta tal grado que quienes las experimentan ni siquiera son conscientes de tenerlas. Sabían que el grado de conciencia y claridad exigido para utilizar tales experiencias era mayor de lo que el principiante espiritual estaba preparado para soportar.

Por otra parte, la matriz sirve también para permitir que las experiencias espirituales tengan un valor transformador dura-

dero. Sin la matriz, las experiencias o caen al inconsciente y se olvidan o se colocan en el estante acumulando polvo junto a otros trofeos del ego, sin que produzcan ningún cambio duradero en el individuo.

Jack Kornfield comparte el punto de vista de muchos instructores y maestros al afirmar que el llevar a cabo una transformación duradera es un trabajo mucho más laborioso y requiere mucho más tiempo de lo que la mayoría de los principiantes espirituales se atrevería siquiera a imaginar. Ciertamente necesita más que unas cuantas experiencias embriagadoras.

> Mi impresión a partir de mi propio entrenamiento budista y a partir de la enseñanza de prácticas tradicionales durante muchos años es que la gente subestima la profundidad del cambio que se exige para transformarse uno mismo en la vida espiritual. La verdadera liberación exige una gran perspectiva –llamada por algún maestro zen una mente firme y estable–. Sí, el despertar ocurre en un momento, pero vivirlo, estabilizarlo, puede llevar meses, años y vidas. Las tendencias y los hábitos condicionados que tenemos se hallan enraizados tan profundamente que incluso una gran cantidad de visiones cautivadoras no los cambia demasiado.[1]

Los estudiantes recientes generalmente caen en el mismo esquema: quieren la liberación y la libertad, pero no quieren practicar y construir el contenedor que pueda soportarla. «La gente se halla muy poco equilibrada en su interior –observa Marie-Pierre Chevrier–. Intentan ir más de prisa de lo que se puede ir, y en el camino pierden algunos pasos esenciales.» Ahora bien, el proceso se conoce como *trabajo* espiritual o *práctica* espiritual, y no como juego espiritual o perfección es-

1. Jack Kornfield, «Domains of Consciousness: an Interview with Jack Kornfield» en *Tricycle* (Fall 1996), págs. 36-37.

piritual, porque no se produce fácilmente. La transformación cuesta un precio elevado y los verdaderos bienes sólo son de aquellos que pagan ese precio.

La integración

La integración es el proceso por el cual las experiencias y las energías espirituales se asimilan lentamente en el cuerpo, produciendo una transformación. Si bien la mente tiende a entrar y salir de estados iluminados, el despertar permanente se expresa en el cuerpo y a través de él. A través del proceso de la *sadhana*, se construye una matriz que pueda contener e integrar las experiencias y energías de modo que lleven a cabo la transformación, en lugar de alimentar las tendencias hacia la inflación y la interpretación incorrecta. Sin integración, sugiere Vaughan-Lee, las experiencias nunca logran crear un fundamento. «Se quedan flotando como en un séptimo cielo y nunca llegan a vivirse en el mundo, nunca se integran realmente en las vidas cotidianas de la gente.»

La integración no ocurre de un día para otro, como muchos quisieran pensar. En realidad, mucha gente o no es consciente o ignora por completo la necesidad de la integración, aunque con el tiempo tendrá que ocurrir necesariamente. Pasan de forma directa de la experiencia de iluminación a enseñar y hacer prosélitos sin darse cuenta de que su experiencia no se ha profundizado, enraizado y asimilado completamente.

Roshi Kapleau sugiere que hasta que «las experiencias de despertar sean totalmente integradas en la vida diaria, de modo que uno viva de acuerdo con la realización, no se debería decir que uno está verdaderamente iluminado».[2] Dice que igual que uno no se llena cuando está hambriento por el mero he-

2. Philip Kapleau en *Awakening to Zen*, págs. 247-248.

cho de leer sobre nutrición –que la alimentación se consigue sólo después de saborear, masticar, tragar, digerir y asimilar el alimento–, tampoco se transforma uno por su despertar hasta que ha integrado su comprensión en su vida.[3]

Vaughan-Lee cuenta que el maestro sufí Bhai Sahib decía que podría fácilmente sumergir a la gente en experiencias espirituales, pero que en general evitaba hacerlo. «¿De qué sirve? –comentaba el maestro– si cuando no esten conmigo no van a ser capaces de permanecer en ese estado.» No basta con las experiencias. Hace falta tiempo y trabajo para integrar en uno mismo los regalos de los dioses.

Lee Lozowick es vehemente cuando se refiere a la necesidad de integrar las experiencias en la vida misma, especialmente porque el estado del mundo se dirige hacia una condición potencialmente devastadora. Explica que cuando uno experimenta grandes estados místicos, la tendencia es casi siempre querer permanecer absorto en esos estados y "abandonar el mundo»", pero que en lugar de eso la tarea consiste en ser funcionales en el mundo, y esto sucede a través del trabajo: el trabajo humano concreto y ordinario.

> Como estos estados místicos son tan absorbentes, lo que digo a todos es: «Tiene que seguir trabajando». Cualquier cosa que pueda hacer: desbrozar el jardín, cocinar, ir al trabajo, la cuestión es que uno permanezca activo. El objetivo no es perderse, sino permitir que la fuerza purificadora óptima de las energías que están produciendo el gozo, el ascenso místico y las experiencias visionarias afecten a su vida ordinaria en el mundo con la gente. La cuestión es relacionarse; no sólo con gente, sino con todo tu mundo, para no sumarse a la destrucción de los bosques, al genocidio de las tribus y a la occidentalización de las culturas indígenas. Parte de la sabiduría de esta purificación es que uno entra más profundamente en la

3. Philip Kapleau. *Los tres pilares del zen.* Madrid: Gaia, 1994.

relación no sólo con su esposa, su esposo o su familia, sino con el mundo en su totalidad.

El desarrollo de la discriminación

Es por medio de la *sadhana*, de la construcción de una matriz y del proceso de integración, como uno comienza a desarrollar un sentido creciente de discriminación que incluye: la habilidad de discernir pensamientos y experiencias auténticas de aquellas basadas en el ego; la capacidad de manejar las experiencias místicas sin ser llevado por ellas; la aptitud para la integridad; y la habilidad de ver con claridad tanto en uno mismo como en otros estudiantes y hasta en los maestros.

«El individuo que aspira a proclamar su iluminación –afirma Andrew Cohen– ha de ser capaz de discriminar. Sin discriminación, sin una comprensión clara y libre de confusiones, no obstaculizada por contradicciones, será imposible una plena realización.»[4]

La discriminación no es un proceso lineal. No se basa en la inteligencia por sí misma. Hay muchos individuos altamente inteligentes que poseen una discriminación muy poco inteligente cuando se trata de asuntos espirituales. Con raras excepciones, la discriminación ha de desarrollarse a lo largo del tiempo, evolucionando a través de muchos años de práctica espiritual e innumerables errores.

Claudio Naranjo comenta:

> No debería esperarse que la discriminación llegue por sí sola. La discriminación procede de la observación constante de uno mismo mediante el autoestudio permanente, la constante reflexión sobre la propia experiencia, el íntimo com-

4. Andrew Cohen, «Corruption, Purity and Enlightenment», en *What is Enlightenment?* 1, n.° 2 (julio, 1992), pág. 6.

> partir la propia experiencia y dejar que los otros participen en ella si se forma parte de una comunidad espiritual.

La discriminación se desarrolla a lo largo del tiempo, pero el tiempo por sí solo no desarrolla la discriminación. Muchos estudiantes e instructores que han dedicado sus vidas al camino espiritual carecen de habilidad para ver con claridad sus propias debilidades, encontrar un verdadero maestro ¡o incluso saber si ellos mismos son verdaderos instructores! Hacerse conscientes de las sutilezas que existen a la hora de captar la diferencia entre el cinismo completo y la ingenuidad ignorante exige trabajo. Requiere ponerse a prueba a sí mismo, tanto interna como externamente, aplicando las capacidades de la mente, aceptando riesgos y sumergiéndose en la inseguridad de la vida espiritual y de la vida misma. La mayoría de la gente quiere el camino fácil. No quieren hacer el trabajo necesario para tal honestidad. Pero la discriminación sólo llega a través de esfuerzos sinceros de autoobservación, autocuestionamiento y autohonestidad despiadada.

El desarrollo de un escepticismo sano

La discriminación se cultiva mediante el desarrollo de un escepticismo sano, no sólo hacia uno mismo, sino también hacia los maestros espirituales, hacia las experiencias místicas y hacia las propias expectativas de lo que implica realmente el sendero espiritual y en qué consiste el progreso en él. El escepticismo tiende a despertar asociaciones peyorativas, como si uno dudase cuando debería confiar, sospechase cuando debería tener una mente abierta. Mucha gente, ciertamente, cae en la categoría justificada de un escepticismo basado en el temor, crítico de todos los aspectos del camino espiritual que impliquen riesgo, porque en última instancia temen la aniquilación del ego. Pero existe también una clase de escepticismo que es necesario y correcto, teniendo en cuenta el predominio

de pseudomaestros y la insidiosa presencia del ego en los asuntos espirituales.

En *El camino es la meta*, Trungpa Rinpoche afirma:

> Necesitamos estimular una actitud de constante cuestionamiento, más que ignorar nuestra inteligencia, que es una parte genuina de nuestro potencial como estudiantes. Si se les pidiera a los estudiantes que abandonasen sus preguntas, lo que se haría es crear ejércitos y ejércitos de zombis...[5]

El escepticismo es útil, especialmente para los occidentales, los cuales en general carecen de un fundamento crítico, inteligente, respecto a la espiritualidad, convirtiéndose fácilmente en presas de sus egos, sin ninguna capacidad de discernimiento. Andrew Rawlison articula cuidadosamente la necesidad de desarrollar un escepticismo sano y realiza una distinción entre escepticismo inferior y escepticismo superior:

> El budismo realiza una distinción entre dos tipos de duda: la duda profunda y la duda inútil. Hay una distinción entre la duda inútil y la duda profunda que dice: «¿Qué demonios pasa? No sé qué pasa». Todas las afirmaciones y los presupuestos espirituales fundamentales resultan profundamente difíciles de entender: el compromiso y la fe, la devoción y la disciplina. Todos estos presupuestos pueden trivializarse.
>
> Hay que estar siempre preguntándose, «¿Qué devoción es ésta?» «¿Qué tipo de fe es la que tengo?» En lo que respecta a los otros no se puede preguntar, pero de uno mismo hay que hacerlo. Uno debe preguntarse: «¿Me estoy engañando a mí mismo?». El escepticismo superior es una protección. He intentado esto y mi escepticismo se disolvió como la niebla con el sol de la mañana. He dejado que desaparezca y estoy contento de ello. Pues si uno ha sido escéptico y luego ese escepticismo ha desaparecido, sabe que se halla ante algo

5. Chögyam Trungpa. *Journey without Goal*. Boulder: Prajña Press, 1981, pág. 49.

> más fuerte que uno, lo cual es distinto de si uno quiere algo más fuerte que él mismo y lo construye.

Cuando uno es fiel al escepticismo hasta el final, sin dejarse atrapar por los temores y las dudas, aquello que se encuentra más allá de todo escrutinio se revelará por sí mismo. Sin aplicar el escepticismo, especialmente a nosotros mismos, los encantos del ego nos seducen con demasiada facilidad y nos alejan de la visión clara y de la verdadera intuición.

La *sadhana* espiritual, la construcción de una matriz y la integración, junto con la capacidad progresiva de discernir, son factores que determinan si la sustancia de la experiencia mística y la tecnología va a fortalecer al individuo o a debilitarlo. Ahora bien, estos medios resultan fortalecidos y aumentados de manera considerable con la ayuda de un guía espiritual. El instructor o el maestro espiritual es el punto crucial en esta fórmula, aunque obviamente no todo instructor servirá para guiar y proteger correctamente al estudiante, porque muchos maestros operan con las mismas presuposiciones erróneas acerca de la iluminación y la vida espiritual que sus estudiantes. Así pues, resulta crucial para el trabajo espiritual aprender a discriminar entre el verdadero y el falso maestro. En el siguiente capítulo examinamos este complicado asunto.

19. ¿MAESTRO VERDADERO O FALSO?

> El Buda y el demonio no se hallan más lejos que el grueso de un cabello.
>
> EXPRESIÓN BUDISTA

El verdadero maestro es la mejor protección en el camino espiritual contra todos los peligros de autoengaño, incluyendo el engañarse acerca de la propia iluminación; el falso maestro es uno de los mayores peligros (tan peligroso como no tener maestro). El buscador espiritual que aspira de todo corazón a la realización de sus posibilidades más elevadas en esta vida tiene que hacer frente a dos consideraciones: 1) si va a tener un instructor/maestro espiritual, y 2) cómo encontrar al verdadero maestro entre las masas de charlatanes autoproclamados, e incluso entre la multitud de maestros sinceros pero equivocados.

El término "verdadero maestro" se emplea aquí para describir a aquel que puede facilitar la capacidad transformadora más elevada de un individuo; el término "falso maestro" se refiere a aquel que no puede hacerlo, e incluso puede retardar el crecimiento y la evolución de manera significativa. Pero la

cuestión no resulta tan clara como podría parecer. Hay instructores bienintencionados, pero poco preparados, así como instructores corruptos, pero muy funcionales y capaces, y hay también una gran variedad de casos intermedios.

«Cuando el discípulo está preparado, el maestro aparece», dice el refrán. Pero el maestro no siempre aparece en la puerta de tu casa llevando una chapa identificativa. Por otra parte, muchos falsos maestros alegremente harían el esfuerzo de sentarse ante la puerta de un estudiante potencial, e incluso de llevar un rótulo de neón que ponga "maestro", si creen que podría darles la energía y la atención que tanto desean. Además, hay que ser capaz de reconocer al maestro en cuanto aparece, de otro modo podría desaparecer con la misma rapidez.

Visitando a un gran santo en la India, Daniel Moran, instructor ayudante de Arnaud Desjardins, vio a una devota cercana al maestro escribiendo el nombre de éste en su cuaderno y le dijeron que la devota hacía eso las veinticuatro horas del día. Al escuchar esto, exclamó: «¡Esperemos que al llegar al cielo Dios sepa el nombre de su gurú!». La práctica de la mujer era impecable, y en este caso, también lo era su maestro, pero su expresión se refiere a la pérdida potencialmente enorme que puede ocasionar si uno se dedica por completo a un maestro falso.

Carl Jung comenta también algo acerca de este principio:

> No niego, en general, la existencia de profetas genuinos, pero por pura precaución empezaría dudando de cada caso individual; pues es un asunto demasiado serio aceptar a la ligera a un hombre como verdadero profeta. Todo profeta respetable lucha decididamente contra las pretensiones inconscientes de su papel. Por tanto, cuando aparece un profeta de repente, lo más aconsejable sería tener en cuenta un posible desequilibrio psíquico.[1]

1. Carl G. Jung (editado por Joseph Campbell), *the Portable Jung,* págs. 119-120.

Los falsos maestros caminan a sus anchas. Hay que aplicar un profundo escepticismo cuando nos acercamos a un instructor, especialmente a la luz de la abrumadora mayoría de falsos maestros que circulan por el circuito contemporáneo de gurús. Al mismo tiempo, hay que estar siempre abierto al descubrimiento del verdadero maestro, pues lo que esa persona puede ofrecer al verdadero discípulo vale mucho más que el riesgo de ser guiado de manera incorrecta o incluso de encontrar un falso instructor.

Un asunto complicado

Hallar al verdadero maestro y saber cuándo se le ha encontrado es un asunto de una enorme complejidad, ya que fuerzas muy superiores a la propia mente y el propio cuerpo, incluyendo el karma, influyen en la relación con el instructor espiritual. Arnaud Desjardins expone la complejidad de este asunto sugiriendo que sólo el verdadero discípulo encontrará al verdadero maestro, pero que es muy difícil ser un verdadero discípulo. Afirma que aquellos que no pueden encontrar un verdadero maestro es que no están preparados para ello.

A pesar de todo, nos vemos obligados a ejercitar, todo lo que podamos, los poderes de discriminación que tenemos, en nuestros esfuerzos por identificar al maestro auténtico. Esto se complica, no obstante, por dos cuestiones principales.

La primera la describen Anthony, Ecker y Wilber en *Spiritual Choices*:

> Es imposible que alguien instalado en la conciencia mundana pueda evaluar definitivamente la competencia de un guía de transformación y trascendencia, sin haber alcanzado ya un grado similar de trascendencia. Ninguna

> cantidad de criterios "objetivos" puede eliminar este dilema.[2]

Más allá de la formulación que reciba, la cuestión se reduce a lo siguiente: si la iluminación está más allá del alcance de la percepción ordinaria, ¿cómo puede alguien cuyo contexto *es* esa conciencia ordinaria evaluar al "iluminado", quien, por definición, reside fuera de ese contexto?

La psicóloga transpersonal Frances Vaughan reconoce lo difícil que es para el neófito sin experiencia valorar el grado de maestría de un instructor:

> Resulta difícil para el observador no entrenado distinguir un verdadero maestro espiritual de otro fraudulento. Por supuesto, cualquiera que quiera desarrollar el discernimiento necesario a través de la práctica espiritual es libre de hacerlo, pero del neófito que no está formado en este campo no puede esperarse que realice evaluaciones adecuadas de la maestría espiritual, del mismo modo que quien no está formado científicamente no puede evaluar de manera correcta un experimento científico.[3]

El segundo principio que hace difícil discriminar entre el verdadero y el falso instructor es que el ego no quiere encontrar al verdadero maestro. Punto. El verdadero maestro es el mayor enemigo del ego, una amenaza directa que asegura, más pronto o más tarde, su muerte. El ego quiere un maestro jugoso, falso. Como quedó claro en nuestro análisis de la complicidad mutua, el falso maestro validará al ego de un modo que nunca haría el verdadero maestro, y de este modo el ego,

2. Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber en *Spiritual Choices*, pág. 6.
3. Frances Vaughan, «A Question of Balance: Health and Pathology in New Religions Movements», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 275.

a menudo disfrazado como "mi guía interno" o "mi espíritu", coronará alegremente al instructor no cualificado como verdadero maestro, pasando más tarde a lamentar su destino cuando llega la desilusión por algún escándalo o cualquier otro signo claro de la inhabilidad del instructor.

Cuando alguien busca genuinamente un instructor, con cada célula de su cuerpo, no se trata del grito del ego, sino de un profundo y antiguo anhelo de la Realidad absoluta. Esa persona encontrará a su maestro en el momento oportuno. Ahora bien, cuando alguien va de maestro en maestro, generalmente se debe a que hay alguna escisión interna entre la verdadera búsqueda del maestro y el intento del ego de sabotear esa llamada.

Arnaud Desjardins: «¿Soy un discípulo?»[4]

Los gurús no son tan frecuentes, pero tampoco lo son los discípulos. Y cuando analizamos al gurú, deberíamos analizar también nuestras cualificaciones como discípulo. La pregunta «¿Qué puedo esperar del maestro?» implica inevitablemente otra pregunta: «¿Qué puede esperar el maestro de mí?». No podemos analizar la cuestión del maestro sin reflexionar sobre qué es un discípulo.

¿Qué vamos buscando? Volviendo la vista atrás veo con claridad que encontré a Swamiji (Swami Prajñanpad) cuando comencé a saber realmente lo que buscaba, lo cual significa que a lo largo de los años se han destrozado muchos sueños e ilusiones. Éste puede ser el significado del famoso refrán «Cuando el discípulo está preparado, el maestro aparece». A veces, cuando estoy impartiendo un seminario la

4. Fragmentos tomados de Arnaud Desjardins, «Am I a disciple?», en Lee Lozowick. *Death of a Dishonest Man*. Prescott, Arizona: Hohm Press, 1998, págs. 43-59.

gente me dice: «Ah, este refrán no es cierto, a mí no me ha aparecido el maestro». No soy tan cruel como para darles la respuesta verdadera: «El refrán es cierto, lo más probable es que usted no esté preparado todavía».

Desde mi punto de vista, el gurú ha de tener tiempo para guiarme, conocerme íntimamente, concederme entrevistas privadas, etc. Pero ¿qué derecho tengo a exigir eso? Hoy en día, millones de personas han oído hablar de gurús. ¿Por qué una persona que ha resuelto sus problemas fundamentales y alcanzado la liberación (a través de sus propios esfuerzos y los de su maestro, a través de su karma personal y de todo un conjunto de circunstancias) tendría que ocuparse particularmente de mí? ¿Quién soy yo, a quien creo que el destino debería conceder ese increíble privilegio? La vida no ha de concedértelo sólo porque tú lo desees.

Si, con mucha frecuencia, la cuestión del gurú no se analiza adecuadamente, es porque la cuestión del discípulo no se plantea de forma correcta. Primero el discípulo, luego, el maestro. Si no tienes el ser de un discípulo, ¿cómo esperar encontrar un maestro? Y teniendo en cuenta quién eres como discípulo, ¿qué tipo de gurú puedes esperar encontrar?

Hablando en general, los occidentales no valoran suficientemente lo que significa la búsqueda de un maestro. Quieren el gurú barato; quisieran obtener una esmeralda por doscientos euros. Simplemente, eso no existe. Uno de los mejores aliados del sueño en nuestro mundo occidental es nuestra inhabilidad para evaluar el precio de lo que es más valioso.

Las críticas a los gurús y la autoridad espiritual

Para ser claros acerca de la necesidad del maestro en una cultura llena de charlatanes, debemos tener una cierta comprensión de la tendencia actual a despotricar contra los gurús y del sesgo de los medios de comunicación en contra de cual-

quier forma de autoridad espiritual, así como de nuestros propios temores hacia la autoridad espiritual y las razones que hay detrás de ella.

Es interesante preguntarse por qué gente que no tiene ningún interés en la vida espiritual, ni se halla implicada en ella de ningún modo, se vuelca tanto en vapulear a los gurús, en destrozar a quienes tienen o proclaman tener alguna comprensión de la verdad, la realidad, la humanidad. ¿Será simplemente que estamos tan aterrorizados y nos causa tanta repulsa nuestra falta de comprensión que envidiamos a cualquiera que parezca tenerla y tenemos que conseguir sentirnos mejor insistiendo en que ellos son tan ignorantes como nosotros? ¿O quizás la posibilidad de una vida de mayor integridad y verdad nos resulta amenazadora porque no queremos abandonar nuestra ignorancia y nuestro estado durmiente para hacer el trabajo exigido por la vida espiritual? ¿O acaso la autoridad espiritual nos aterroriza porque fuimos defraudados por las figuras de autoridad de nuestros primeros años y prometimos no permitir nunca más que alguien tuviera ese poder sobre nosotros? ¿O se reduce a la ilusión de separación, el temor a la muerte y el hecho de que el trabajo espiritual fastidia nuestras falsas ilusiones de autonomía y autoridad egoica? ¿Estamos combatiendo el hecho de la muerte de nuestro propio ego resistiéndonos a aquellos que tratan de despertarnos de tal ilusión?

La mayoría de la gente que se resiste a la autoridad espiritual y denuncia el valor del maestro nunca ha considerado seriamente estas cuestiones. Otros han terminado tan quemados y desilusionados por falsos maestros que han denunciado a todos los maestros para protegerse de cualquier nuevo riesgo de sufrir.

En un artículo titulado «On Spiritual Authority», el psicólogo y escritor John Welwood sintetiza así el problema:

> Descartar a todos los maestros espirituales por la conducta de instructores charlatanes o insensatos es tan poco razonable como rechazar el dinero porque hay billetes falsos en circulación. El abuso de la autoridad difícilmente es razón para rechazar la autoridad cuando ésta es apropiada, útil y legítima. Puede que en esta época de convulsión cultural, moralidad en declive, inestabilidad familiar y caos global, los grandes maestros espirituales del mundo se cuenten entre los bienes más preciados de la humanidad. Disimular las importantes distinciones entre los maestros verdaderos y los falsos no puede más que contribuir a la confusión de nuestra época y retrasar el crecimiento y la transformación necesaria para que la humanidad sobreviva y prospere.[5]

Así como los falsos instructores han ayudado a crear y sostener este sesgo cultural, sólo los verdaderos maestros pueden formar a sus estudiantes para que se conviertan a su vez en maestros impecables e individuos que ejemplifiquen una integridad que destaque y contraste vivamente frente a los falsos instructores.

El problema de los criterios

Los criterios concretos y firmemente establecidos para evaluar la maestría de cualquier instructor son limitados y al mismo tiempo pueden ser muy útiles. La limitación evidente es que, tal como se ha insinuado ya, utilizar criterios creados por la conciencia mundana para evaluar a alguien que por definición está fuera de esa conciencia, crea dificultades. Imaginemos a un árbitro de béisbol que nunca ha presenciado un partido de fútbol arbitrando la copa del mundo.

5. John Welwood, «On Spiritual Authority», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 299-300.

Como respuesta a los numerosos escándalos y desilusiones públicas que han surgido en los últimos años, muchas instituciones e individuos respetables han intentado extraer listas de criterios para evaluar a los instructores espirituales. Si bien han proporcionado algunos puntos de referencia valiosos, si nos aferramos rígidamente a cualquier serie de criterios, por refinados que sean, para evaluar la maestría espiritual, podemos dejar sin identificar a algunos de los más grandes maestros de nuestro tiempo, ya que estos maestros a menudo caen fuera del dominio de los parámetros establecidos.

La maestría espiritual está más allá del dominio del ego. Los criterios que se utilizan generalmente para evaluar a los maestros espirituales son, por naturaleza, altamente conservadores. Están pensados para el aspirante espiritual que quiere estar del todo seguro y protegido ante cualquier posible comportamiento inmoral por parte del instructor y permanecer a salvo de cualquier medio socialmente inaceptable que pueda usar un instructor para hacer frente al ego del estudiante. Sin embargo, el verdadero trabajo espiritual no es algo cómodo y seguro. Es muy peligroso y nunca pasará los criterios de seguridad del pensamiento ordinario, lineal.

«No hay ninguna garantía por el hecho de que en un libro se escriba : "Según este código, esta persona es un verdadero maestro" –explica Claudio Naranjo–. Lo más que se puede hacer es señalar realidades internas que no resultan mensurables. Hay que asumir que las valoraciones son subjetivas. Las verdaderas preguntas son: "¿Esta persona está siendo un canal del nivel divino?" "¿Esta persona está conectada con el nivel divino o el nivel espiritual?" "¿Cuánta impureza hay?" "¿Cuánta mezcla hay de algo distinto del don divino?". Todas estas cosas no pueden ser percibidas más que por un sujeto humano. No pueden ser discriminadas por un ordenador.»

Incluso si se pudieran tener los criterios para evaluar la propia iluminación –sugiere Charles Tart–, éstos no represen-

tarían necesariamente las cualificaciones de la maestría espiritual.

> Estoy abierto también a la idea de que puede que haya algunas personas que están muy iluminadas, pero que no son muy buenos maestros. En la universidad todos hemos tenido profesores que pensábamos que eran muy brillantes porque no podíamos entenderles. Puede que fuesen brillantes en su campo, pero eso no significa que fueran necesariamente profesores eficientes.

¡A pesar de todo, criterios!

Los criterios son problemáticos, pero a pesar de ello pueden ser muy útiles. Una vez más, la vida espiritual está llena de paradojas e incertidumbres. Muchos de los mismos maestros que critican la validez de los criterios intentan, movidos por su compasión y su comprensión de la naturaleza humana, ayudar a los buscadores ofreciéndoles dirección respecto a qué buscar y *cómo* hacerlo, cuando piensen entrar en una relación maestro-discípulo.

Hablando de criterios, la mayoría de la gente que busca un maestro quiere tener evidencia de la iluminación del maestro. Esto es muy engañoso, por tres razones: 1) si no sabemos qué es la iluminación, es muy difícil saber cómo se muestra en alguien y, en realidad, generalmente no corresponde a nuestras ideas acerca de ello; 2) muchos respetados maestros no consideran que la iluminación sea una condición indispensable para enseñar, asunto que será analizado más tarde en este capítulo; y 3) como ha observado Tart, incluso si uno está iluminado, puede que no sea el mejor maestro.

Robert Hall indica a los alumnos que miren la vida del maestro como ejemplo de su iluminación. Dice que aunque no hay criterios establecidos para juzgar a los maestros espi-

rituales, estudiantes con cierta perspectiva deberían emplear un tiempo bien largo en observar al maestro para asegurarse de que vive lo que predica.

Los verdaderos maestros muestran una acción iluminada y no sólo hablan iluminadamente. Ahora bien, la acción iluminada no siempre encaja con las ideas de uno acerca de la acción iluminada. Por ejemplo, digamos que la "compasión" es un atributo iluminado. La mente corriente piensa que la compasión se muestra a través de un espejismo de amor y dicha que irradia del rostro del maestro, o bien se muestra alimentando a los pobres o mostrando su empatía con los problemas personales del devoto. Sin embargo, la compasión puede manifestarse en un maestro al reñir severamente al estudiante o al encargarle un duro trabajo físico o al mandarle lejos de él durante una temporada. Por tanto, la dificultad en intentar interpretar las acciones del instructor como signo de su iluminación es que hay que saber comprender lo que se ve.

Cuando se le preguntó a Lee Lozowick en una charla pública qué podía hacer un estudiante para buscar un maestro, respondió:

1. En primer lugar, si no se es muy serio en lo que respecta al deseo de progresar en el camino, más vale no buscar un maestro.
2. No se debe ser impulsivo en su aceptación.
3. Hay que estudiar el cuerpo de estudiantes del maestro. ¿Cómo son los estudiantes y cómo es el maestro con los estudiantes?

El tercer criterio de Lozowick ("estudiar el conjunto de estudiantes del maestro") es un consejo muy valioso, del cual, sin embargo, muchos buscadores no son conscientes. Por supuesto, hay que tener cuidado para ver a qué estudiantes se examina, pues seguidores ciegos y estudiantes inmaduros los hay en todo camino espiritual. Pero así como es difícil juzgar

la "iluminación" de un maestro, puede verse una expresión de su trabajo examinando de cerca y hablando con sus estudiantes avanzados. A los estudiantes no se les examina por su "iluminación" *per se*, sino respecto a consideraciones tales como: ¿Demuestran estos estudiantes cualidades a las que yo aspiro? ¿Son maduros? ¿Están contentos con el trabajo que el maestro hace con ellos? ¿Son lúcidos y se hallan centrados en sí mismos o son simples adictos embelesados y descerebrados que parlotean fantaseando sobre el *dharma*?

La humildad es otro de los criterios que puede analizarse en un maestro, pero es algo que no puede juzgarse de manera superficial. El verdadero maestro espiritual que está instalado en el contexto de la iluminación es humilde en el sentido de no preocuparse por la estatura y el poder de su posición. No se trata de ser capaz de decir: «No me importa ser un maestro», sino de que *realmente* no importe.

Otros criterios para evaluar instructores espirituales fueron ofrecidos por otros instructores y otras personas entrevistadas.

> *Roshi Philip Kapleau:* «En su libro, *Points to Watch in Buddhist Training*, escrito en 1235, el maestro zen Dogen definió al maestro como alguien que está totalmente iluminado, que vive de acuerdo a lo que sabe que es la verdad y que ha recibido la transmisión de su propio maestro. Según estos criterios, muy pocos *roshis* podrían ser considerados maestros».[6]
>
> *Arnaud Desjardins.* Gilles Farcet, ayudante de Desjardins, compartía los criterios de aquél. «Arnaud dice que para enseñar hay que estar básicamente libre en las cuatro principales áreas en las que se suele producir el apego: dinero, sexo, poder, gloria. Ser libre respecto al sexo o el dinero no quie-

6. Philip Kapleau. *El despertar del zen en Occidente.* Barcelona: Kairós, 1981.

re decir que uno no tenga relaciones sexuales o no toque el dinero, sino que no se está ya expuesto a ser trastornado por esas cosas; significa que no hay riesgo de que manchen la capacidad de servir o interfieran en la transmisión.»

Mel Weitzman: «No existe una lista de cualificaciones bien determinadas, pero yo he confeccionado una lista de criterios necesarios para ofrecer la transmisión del *Dharma*, aunque es bastante subjetiva. Incluye: una buena comprensión, la habilidad de enseñar a otros, siendo consciente de que ser un "sacerdote" significa servir *Sangha* y no promoverse uno mismo o intentar obtener algo, no hacer las cosas sólo por interés propio y, desde luego, es muy importante la sinceridad».

Chögyam Trungpa Rinpoche: encontrar un buen maestro no es como comprar un buen caballo. Es un asunto relacional. Si el maestro habla realmente en tu estilo, conecta con tu enfoque, si lo que dice afecta profundamente a tu estado anímico, si entiende tu tipo de mentalidad, entonces es un maestro que vale la pena. Así pues, debería haber una cierta sensación de claridad respecto al maestro y algún tipo de unión entre el maestro y uno. El tipo de mentalidad y el tipo de estilo han de sincronizarse».[7]

Andrew Cohen: «El individuo tendría que haberle convencido de que es un ejemplo viviente de aquello en lo que usted quiere convertirse. Después de observarle muy de cerca, concluiría que ya no se halla luchando para superar las motivaciones impuras, descansa naturalmente en un estado de motivación pura».

Georg Feuerstein: «Aceptando el hecho de que nuestro análisis de un maestro es siempre subjetivo hasta que noso-

7. Chögyam Trungpa. *El camino es la meta: el curso de meditación del gran maestro tibetano.* Barcelona: Oniro, 1998.

tros mismos no hayamos alcanzado su nivel de realización espiritual, al menos hay un criterio importante que podemos buscar en un gurú: ¿Estimula verdaderamente el crecimiento personal y espiritual de los discípulos o socava –de manera evidente o sutil– su maduración?[8]

Frances Vaughan: «Para elegir un maestro o un grupo con cierto grado de autoconciencia, podríamos empezar haciéndonos algunas preguntas: ¿Qué me atrae de esta persona? ¿Me atrae su poder, su teatralidad, su inteligencia, sus logros, su encanto, sus ideas? ¿Me motiva el miedo o el amor? ¿Es mi respuesta principalmente una especie de excitación física, de activación emocional, de estimulación intelectual o de resonancia intuitiva? ¿Qué me convencería para confiar en él/ella más que en mí mismo? ¿Ando buscando una figura paterna que me libre de la responsabilidad de mi vida? ¿Estoy buscando un grupo al que me sienta pertenecer y me cuiden a cambio de hacer lo que me digan? ¿A qué estoy renunciando? ¿Estoy dirigiéndome hacia algo que me atrae o estoy huyendo de mi vida tal como es?[9]

Tener carisma no es señal de iluminación

En su búsqueda de criterios, varios maestros pusieron en cuestión todo el asunto del carisma como cualidad del despertar o de la liberación. Roshi Jakusho Kwong se hallaba en un encuentro con el Dalai Lama cuando su Santidad habló de esto:

Nos reunimos con su santidad el Dalai Lama en el primer encuentro de maestros budistas occidentales. Dijo que el carisma no es una virtud para un maestro, o para alguien considerado maestro, pero enloquece a la gente, y la gente bus-

8. Georg Feuerstein en *Holy Madness*, pág. 143.
9. Frances Vaughan, «A Question of Balance: Health and Pathology in New Religious Movements», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 275.

ca carisma. En sentido budista, no es una cualidad espiritual, una virtud espiritual, pero los occidentales buscan esa cualidad. El Dalai Lama habló de esto porque ha habido muchos escándalos al respecto.

Si bien el carisma constituye un atributo de muchos grandes maestros, es una consecuencia de su comprensión más que una expresión de ella. Hay también muchos maestros muy poderosos que no son carismáticos. El carisma es muy seductor. Es un rasgo de la personalidad tan sugerente que a menudo nos vemos absortos en él antes incluso de que sepamos lo que nos está ocurriendo. Pero no deberíamos suponer que porque un individuo sea carismático es espiritual, ni mucho menos que está iluminado.

Arnaud Desjardins: «Ante un verdadero maestro, no se puede dejar de sentir su amor»

Cuando viajé yo solo por la India, en los Himalayas, encontré no sólo maestros muy famosos, sino también maestros que no eran tan conocidos, o lo eran únicamente por unas pocas personas. Algunos de ellos eran verdaderos maestros –sin ninguna duda–, y año tras año nunca fui defraudado por ellos. En otros casos, era obvio que había algo equivocado, algo del ego que permanecía y no se había desvanecido. Y la prueba de su falsedad llegaba antes o después, y la gente quedaba desilusionada.

He tenido la buena suerte de no ser engañado por falsos maestros, ni siquiera cuando era joven e inexperto y muy dado a soñar. Con un verdadero maestro, no se puede evitar sentir su amor. Él da muy profundamente en una actitud de servicio. La luz le rodea. ¿Puedes sentir su amor? ¿Su compasión? Todos los maestros –todos– tienen este amor. Podríamos llamarlo también "amabilidad esencial."

La pregunta no es sólo «¿Cómo es el presunto maestro con esos admiradores que se postran frente a él?», sino también: «¿Cómo es el presunto maestro con la gente ordinaria?, ¿con las mujeres trabajadoras que han venido a barrer al *ashram* o a reparar una pared que se ha caído?». He visto a gurús tibetanos mirar a personas así de tal modo que a uno se le partía el corazón de tanto amor que se sentía. Este criterio es un buen modo de apreciar las diferencias entre la gente.

¿Hay que estar iluminado para enseñar?

La mayoría de la gente cree que la cualificación primordial para ser un gran maestro espiritual es la iluminación, sin embargo una mirada más profunda revela que no necesariamente es así. Judith Leif dice que en el linaje formal de Trungpa Rinpoche, al cual ella pertenece, a nadie se le considera iluminado. Hay muchos estudiantes y muchos instructores excepcionales, pero la "iluminación" no es el baremo que utilizan para evaluar las capacidades pedagógicas del individuo. Leif continúa diciendo:

Hasta donde yo sé, en nuestra escuela no hay nadie que haya sido proclamado iluminado. Tampoco existe la sensación de que como estás enseñando, eso signifique que estás iluminado. Pero, en realidad, no hay que estar iluminado para poder ayudar a la gente en el sendero. Hay ciertas cosas básicas que se necesitan: hay que haber practicado y estudiado durante un tiempo considerable. Tienes que tener experiencia, haber trabajado duro, haber practicado, haber estudiado. Otras cualidades importantes son: la devoción, la comprensión y el ser capaz de representar las condiciones de la escuela verdaderamente, sin distorsionarlas al ponerlas en palabras tuyas, de modo que no sea algo superficial, sino que haya sido previamente digerido.

Cuando se le preguntó a Charles Tart si creía que un individuo tenía que estar iluminado para enseñar, respondió: «Espero que no, pues probablemente la iluminación es muy rara y la necesidad de maestros muy grande. Ya me gustaría que hubiera un montón de personas parcialmente iluminadas en la enseñanza. Creo que las necesitamos de forma desesperada».

Basándonos en los comentarios y la experiencia de estos instructores, parece que un individuo puede ser eficiente en su función magisterial –siempre que las circunstancias sean propicias y acordes con el ánimo del instructor– cuando su capacidad de servir como agente de la enseñanza sobrepasa los obstáculos interiores y cuando se ha convertido en un canal suficientemente puro para expresar la enseñanza de tal modo que los otros puedan beneficiarse con abundancia del tiempo pasado con él.

Del mismo modo que no hay que estar iluminado para enseñar, alguien que esté iluminado no necesariamente tiene que enseñar. Lee Lozowick dijo a uno de sus grupos de estudiantes que incluso si todos estuvieran plena y absolutamente despiertos, quizás sólo dos de ellos se convertirían en instructores. El resto seguiría como siempre, con sus trabajos, sus familias y la vida ordinaria, pero vivirían todo ello desde la perspectiva iluminada.

«Si uno no está iluminado –sugiere Lozowick–, enseña lo que sabe, eso es todo. Y si eso se hace con integridad y entrega al propio camino, se puede ser una fuente de transmisión tan válida como cualquier otra.» Sigue diciendo que, en la mayoría de los casos, la capacidad de transmitir ocurre sólo cuando la persona que enseña tiene una relación estable y dedicada con un maestro verdadero:

> Poner tu vida espiritual en manos de alguien que está relacionado con un iluminado –y su entrega es asimismo sin-

cera– es lo ninguno que poner tu vida espiritual en manos de dicho iluminado.

Aunque resulta posible servir eficazmente en una posición de instructor si uno funciona siempre en referencia al maestro y al linaje, la mayoría de los instructores estaría de acuerdo en que hay una distinción entre enseñar lo que uno sabe o enseñar bajo la guía directa de un maestro realizado y adoptar la función de maestro o gurú (alguien a quien uno se entrega enteramente).

¿Puede un verdadero estudiante beneficiarse de un maestro falso?

La otra cara de la cuestión de si hay que estar iluminado para enseñar es la cuestión de si un verdadero estudiante puede beneficiarse de un falso maestro o no. La respuesta, sin duda alguna, es "sí". Un verdadero estudiante *puede* beneficiarse de un falso maestro. Aquí la frase clave es "verdadero estudiante" o "estudiante fuerte". Un grupo más amplio incluye a aquellos individuos sinceros y generalmente dispuestos a aprender de sus experiencias, y que son radicales en lo que respecta a pureza de intención y a voluntad de hacer lo que haga falta para lograr la meta propuesta.

«Si uno quiere aprender a tocar el piano –sugería Robert Ennis–, no hace falta que estudie con Rachmaninoff para aprender bien. Basta estudiar con un instructor dotado o con alguien que con el tiempo se convertirá en un Rachmaninoff. No hace falta más.»

Hilda Carlton, una instructora de Manhattan que fue muy popular en los comienzos de la corriente de instructores en Estados Unidos, solía contar sus experiencias de cuando estudiaba con un instructor que era un completo charlatán. En

aquel momento ella creía que era el verdadero maestro y que no podía equivocarse. Era grosero y cruel y decía cosas horribles de ella. En lugar de sentirse manipulada o insultada, ella se extasiaba por el hecho de que su gurú le estuviera concediendo tanta atención. Gracias a la pureza de su intención, más tarde el sendero le condujo a gente que realmente pudo ayudarla.

No sólo puede un verdadero estudiante beneficiarse de un falso gurú, sino que la necesidad del estudiante puede realmente fortalecer al maestro. El estudiante puede extraer capacidades latentes en el maestro a través de la fuerza misma de su necesidad. Lozowick cuenta la historia de Richard Baker, un maestro zen americano que estudió durante muchos años en Japón. En un momento dado, Baker fue alumno de un instructor que, aunque no era un falso instructor, adolecía de algunos puntos débiles en sus habilidades. Cuando Baker encontró un maestro con más fuerza, dejó al anterior y se cambió al otro. Se le criticó esta decisión y se le explicó que lo que había hecho no era algo muy ético en la cultura japonesa. En la cultura japonesa, si uno es un buen estudiante y su maestro es débil, tiene que seguir con el maestro para fortalecerle.

Esta idea se refleja en la famosa historia hindú acerca de un estudiante que, rechazado por su maestro, halló una roca en el bosque, la convirtió en un altar y adoró la roca como si fuese su maestro, hasta que alcanzó la liberación. Un buen estudiante puede utilizar cualquier situación. La pureza de su intención basta para guiarle.

Finalmente, tenemos que confiar en nosotros mismos

Todo maestro genuino dice que debemos cuestionarnos a nosotros mismos, nuestras motivaciones, nuestras percepcio-

nes, tanto al buscar un maestro espiritual como en todos los aspectos de la vida espiritual. Al mismo tiempo, en última instancia, tenemos que confiar en nosotros mismos, pues no hay otra opción. Con frecuencia podemos realmente ver la diferencia entre el maestro verdadero y aquel que no puede ayudarnos, pero nuestra identificación psicológica y la lealtad a nuestras propias necesidades egoicas, muchas veces se interponen en el camino de la clara percepción. Puede que no queramos ver lo que vemos o puede que no tengamos la fuerza para permanecer detrás de nuestro saber.

Quien no está iluminado no está capacitado para juzgar la iluminación de otro, pero al mismo tiempo tiene que hacerlo. No podemos saberlo de manera definitiva, pero con una suficiente pureza de intención y autoanálisis podemos acertar bastante. No hay fórmulas definitivas ni criterios claros. Además, hay trampas en cada esquina del camino. En último análisis, hay que estar dispuesto a arriesgarse.

Parte V:

DESILUSIÓN, HUMILDAD Y COMIENZO DE LA VIDA ESPIRITUAL

Buscando deliberadamente lo que suponemos que es espiritual, demasiado a menudo pasamos por alto lo único que es Real. Los verdaderos misterios de la vida se cumplen tan suavemente, con tanta naturalidad y tal gracia, una aceptación tan franca de nuestra reproducción, nuestro esfuerzo, nuestra muerte y nuestro mundo inquieto, que el hombre natural poco imaginativo –muerto de curiosidad por lo maravilloso– apenas queda deslumbrado por su diaria revelación radiante de infinita sabiduría y amor. Sin embargo, esta revelación presiona sobre nosotros incesantemente. Sólo el duro caparazón de la conciencia superficial lo oculta de nuestra visión normal.[1]

EVELYN UNDERHILL

La verdadera vida espiritual es un secreto que sólo muy pocos llegan a conocer. No encaja con nuestras ideas de la

1. Evelyn Underhill en *Mysticism*, pág. 449.

espiritualidad, nuestros sueños de iluminación y nuestras esperanzas de salvación. La libertad es libertad de la ilusión –no libertad de la tristeza, el sufrimiento o la humanidad–. La verdadera vida espiritual comporta la disolución de todas las ilusiones e ideales de uno acerca de lo que es, de modo que su verdad pueda revelarse, verdad respecto a la cual la iluminación no es más que el comienzo. Esta sección contempla la *sadhana* espiritual como un proceso de desilusión y revela la posibilidad de llegar a ser plenamente humano que yace en el centro de la vida espiritual.

20. LA *SADHANA* DE LA DESILUSIÓN

> La realidad es dura y persistente y te golpeará en tu trasero una y otra vez.
>
> WERNER ERHAD

> Se puede vivir en el mundo de Dios durante mucho tiempo; allí no hay restaurantes ni lavabos.[1]
>
> SAZAKI ROSHI

«Como todo el mundo, cuando era joven, soñaba con el *samadhi* –cuenta Arnaud Desjardins–. Después, entendí que lo más importante no es intentar ir tan alto, sino no caer tan bajo. Dejé de soñar con estados exaltados de conciencia, y en lugar de ello deseaba que en mis peores estados de ánimo (miedo, ira, todo tipo de debilidades) no cayese tan bajo.»

La desilusión en la vida espiritual es el desmantelamiento de todas las ilusiones. Es una lección de humildad en la que se descubre no sólo que la vida espiritual no es lo que uno creía

1. Sazaki Roshi, en *Inside the Music: Conversations with Contemporary Musicians about Spirituality, Creativity and Consciousness*. Boston, Massachusetts: Shambhala, 1997, pág. 201.

y que la iluminación no es lo que se pensaba, sino también que el nivel de logro no es el que uno imaginaba y que ni siquiera uno mismo es quien se imaginaba. La desilusión no es "mala" o "negativa", sino el proceso necesario e inevitable de desmantelar el aferramiento del ego.

Desde una perspectiva, toda vida espiritual es un proceso de desilusión: cada burbuja inflada del ego que explota es desilusión; cada idea acerca de la iluminación que se muestra vacía es desilusión; cada falsa suposición acerca de la propia iluminación que queda puesta de manifiesto es desilusión. En realidad, cada realización compartida por los instructores en este libro podría decirse que es una descripción de los frutos de la desilusión. Deberíamos considerarnos afortunados si nos desilusionamos incontables veces en el camino espiritual, pues de otro modo permanecemos prisioneros de la irrealidad y vivimos y morimos bajo el mismo hechizo de ilusión que ha hipnotizado a todo el mundo durmiente, incluyendo a sus pseudomaestros y sus pseudoestudiantes.

La *sadhana* de la desilusión es la práctica de abrirse continuamente a la realización profundizadora de que las cosas no son lo que parecen. Esto es ya la *sadhana*, es la práctica espiritual. La desilusión es el camino que han seguido todos los grandes santos, maestros y practicantes. Describiendo el proceso de desilusión, Ray Bradbury sugiere: «Lo primero que se aprende en la vida es que eres un tonto. Lo último que se aprende es que eres el mismo tonto. A veces creo que entiendo todo. Luego, vuelve a ser consciente».[2]

Las enseñanzas amplias y sublimes de san Juan de la Cruz tienen mucho que ofrecer en lo que respecta a comprensión y valoración de la desilusión. Sus escritos en *La noche oscura del alma* incluyen varias descripciones del proceso lento y del constante pulir en el que se revelan los distintos niveles de la ilusión.

2. Ray Bradbury. *Camino con corazón.* Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.

> Así como la escalera tiene los peldaños para que los hombres puedan subir, los tiene también para que puedan bajar; es semejante con esta secreta contemplación, pues las mismas comunicaciones que producen el ascenso del alma hacia Dios humillan a ésta ante sí misma. Pues las comunicaciones que proceden de Dios tienen esta propiedad, que al mismo tiempo humillan al alma y la exaltan. Porque, en este camino, ir hacia abajo es ir hacia arriba e ir hacia arriba es ir hacia abajo, pues quien se humilla es exaltado y quien se exalta es humillado...[3]

La verdadera vida espiritual es para pocos. Muchos buscadores son auténticos y se esfuerzan, pero la confrontación con el ego que se exige es más de lo que la mayoría de la gente está dispuesta a soportar o es capaz de hacer. La desilusión no es una *sadhana* en la que muchos se enrolen voluntariamente, a menos que la fuerza de su convicción interior para hacer lo que sea necesario les impulse a ello. Pero los individuos que se resisten a la desilusión tampoco han saboreado sus frutos. Si alguien quiere la Realidad, la Verdad, Dios, entonces quiere la desilusión, pues no hay otro camino.

Claudio Naranjo: «Lo que hemos dejado detrás»

Hace años intercambiaba notas con un amigo con quien compartía una formación similar... y mirando hacia el pasado decíamos cosas como:

–Bueno, ¿sufro menos? No, realmente no. Se trata de una actitud diferente, pero no sufro menos que antes.

–¿Y qué tal respecto a la virtud? ¿Te sientes más virtuoso que antes?

3. San Juan de la Cruz. *La noche oscura del alma.* Editorial de espiritualidad, 2003.

–Ah, no, decididamente no.

–Yo tampoco»...

–¿Y qué decir de la cualidad de tus experiencias? ¿Tienes experiencias más ricas, más profundas?

–No, más bien diría lo contrario. Al comienzo, mis experiencias parecían mucho más profundas.

–No había nada de lo que pudiéramos decir que lo hacíamos mejor, pero terminamos diciendo: «Pero creo que he recorrido un largo camino». Estuvimos de acuerdo en que estábamos evolucionando, pero no podíamos señalar nada en particular. Se trataba más bien de una sensación de evolucionar a través de la conciencia de lo que hemos dejado detrás.[4]

Un camino de desnudamiento

El proceso espiritual consiste literalmente en un despojarse de todas las capas de falsedad e ilusión que cubren, distorsionan y ocultan nuestra comprensión. No se descubre la Verdad ni a Dios fuera de nosotros, sino más bien desvelándolo en el interior. Aunque algunos aspectos de este proceso puedan parecer un desvestirse sensual, otros aspectos se experimentan como un verdadero despellejar la carne humana, trozo a trozo. El despojamiento constituye una realidad agridulce de la vida espiritual, a menudo dolorosa e insoportable, pero –como dice Trungpa Rinpoche– simplemente «así es como es».

Lo que resulta despojado son los grandes adornos egoicos: orgullo, vanidad, ilusión, confusión. En *Poems of the Broken Heart*, Lee Lozowick escribe de su propio maestro espiritual, Yogi Ramsuratkumar:

4. Claudio Naranjo, «An Interview with Claudio Naranjo», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, págs. 200-201.

> Si se lo permites te destrozará, y a veces ni siquiera sabes que se lo estás permitiendo. ¿Qué se destrozará? La ilusión, el ego, la miseria, la ceguera, el egoísmo, la crueldad, la ambición...[5]

Aunque lo que se destroza y despoja es la falsedad y el engaño que se encuentran en la raíz de nuestro sufrimiento, hasta los buscadores espirituales dedicados se resisten poderosamente a este proceso. El ego no desea entregar su autonomía, explica Llewelyn Vaughan-Lee.

> La mayoría de las personas no quieren realizar un trabajo espiritual porque no desean el lento proceso de ser pulidas. Es muy desagradable, muy doloroso. En eso consiste el sufrimiento en el sendero, en que el ego entregue su creencia en la autonomía, su creencia en que es el dirigente, en que existe.

El dolor que se siente es el despojarse y despellejarse de la ilusoria capa de protección del ego, una protección que literalmente se ha incrustado en el alma durante vidas y que no cesa fácilmente. En *Más allá del materialismo espiritual*, Trungpa Rinpoche escribe que en el camino espiritual todos los proyectos han de desenmascararse.

> Una vez nos hemos comprometido con el camino espiritual es muy doloroso y estamos en él para ello. Nos hemos comprometido con el dolor de abrirnos nosotros mismos, de eliminar nuestras vestiduras, nuestra piel, nuestro corazón, nuestro cerebro, hasta que quedemos abiertos ante el universo. Sin que quede nada.[6]

5. Lee Lozowick en *Poems of a Broken Heart*, IV.
6. Chögyam Trungpa. *Más allá del materialismo espiritual.* Barcelona: Edhasa, 1985.

El ego ha de ser desmontado. Para que el proceso transformador entre en lo físico, en lo psíquico y en los cuerpos sutiles, han de producirse fracturas en el caparazón del ego que antaño estuvo diseñado para mantener alejadas las influencias peligrosas. Sin este proceso de fractura que produce apertura, el estudiante no puede "ser trabajado": es como granito, en lugar de arcilla, en las manos escultoras del maestro espiritual.

Al tener en cuenta las implicaciones del proceso de despojamiento, no es de extrañar que incluso aspirantes espirituales sinceros se aparten de él, al mismo tiempo que se aproximan a él. No obstante, Lee Lozowick, apoyado por todos los grandes santos y maestros del pasado y del futuro, afirma que «incuestionablemente merece la pena».

> La meta atemporal de unión con Dios –lo que podríamos llamar la explosión final y permanente de la ilusión de separación– ¿merece la entrega completa, incluso la aniquilación de todo lo que uno sabe, siente, piensa y asume? Sí, y no sólo sí, sino indudablemente sí. ¿Qué otra cosa hay que hacer aquí?[7]

«Siempre es la misma cuestión –observa Arnaud Desjardins– ego o entrega total.»

El camino del dolor

El término sánscrito *saha* significa "resistir, soportar pacientemente dificultades sin rebelarse."[8] A veces el proceso de desilusión es un proceso indudablemente doloroso. La verdadera vida espiritual nunca ha sido popular y nunca lo será, porque la mayoría de la gente no está dispuesta a abrirse al dolor y aceptarlo.

7. Lee Lozowick en *Poems of a Broken Heart*, IV.
8. Ibíd.

Ray dice que la primera vez que escuchó a su maestro, Trungpa Rinpoche, éste habló sobre el sufrimiento. «Era la primera persona a la que escuchaba que reconocía lo mal que van las cosas. Y pensé: "¡Eso es, eso es lo que quiero! Quiero descubrir qué está sucediendo aquí e investigarlo".» Según Ray, su tradición pone un gran énfasis en la primera noble verdad del Buda, la que afirma que la vida es sufrimiento, no porque la gente quiera sufrir, sino porque el sufrimiento es lo verdadero de la vida.

«Tu dolor es la ruptura del caparazón que cierra tu comprensión», escribe Kahlil Gibran. Es fácil comprender que no sólo el dolor es un aspecto necesario del proceso espiritual, sino que entrar conscientemente en el sufrimiento y experimentarlo es la puerta de entrada a una comprensión más profunda de la realidad, algo incluso que buscar.

En sus escritos, san Juan de la Cruz describe elocuentemente cómo, una vez que el estudiante ha experimentado la dulzura y los placeres de la meditación y hallado algún grado de fuerza en su conexión con Dios, éste «desea conducirle más lejos, allí donde pueda comulgar con él más abundantemente». Dice que a menudo, cuando uno se halla en medio de los mayores placeres y cuando cree que «el sol del favor divino brilla de la manera más luminosa sobre él», Dios lo lanza a la oscuridad y cierra la puerta a la «fuente de la dulce agua espiritual que estaba saboreando en Dios cuando quería y el tiempo que quería».

> Pues como he dicho, ahora Dios ve que han crecido un poco y se están haciendo lo bastante fuertes para dejar de lado sus pañales y ser apartados del amoroso pecho; así pues, les hace bajar de sus brazos y les enseña a caminar por sus propios pies, sentidos ahora como extraños, pues todo parece irles mal.[9]

9. Robert Svoboda en *Aghora III*, pág. 180.

El dolor que les envía Dios es su don y no su maldición, tal como tan a menudo se siente. El practicante *obtiene* el privilegio de ser bajado de los brazos salvíficos de la comunión con Dios y ser colocado en la realidad sin soportes para que aprenda a sostenerse y a moverse desde el interior.

No se puede tener una vida espiritual plena si uno no se ha enfrentado con su dolor. La vida es, de todos modos, dolorosa. El dolor puede ser evadido temporalmente, se pueden utilizar drogas contra él o resistírsele, pero, en última instancia, no puede ser evitado. Hay dolor en el "sufrimiento neurótico", que es el modo en que siempre pensamos del dolor, y hay un dolor de "sufrimiento por Dios", o sufrimiento con la humanidad. Hay muchos tipos diferentes de sufrimiento, pero todos son sufrimiento; y mientras que el sufrimiento neurótico no hace más que perpetuarse a sí mismo, el sufrimiento por Dios, o sufrimiento iluminado, sirve a toda la humanidad.

El camino de los errores

Lo último que quiere hacer alguien que ha proclamado prematuramente su propia iluminación es cometer un error. Por otra parte, quienes realmente son lo que podríamos llamar "iluminados" saben que siempre cometerán errores, siempre habrá posibilidades más elevadas. «Los verdaderos maestros espirituales –escribe Frances Vaughan–, a diferencia de los guías de masas que buscan una apariencia de infalibilidad y no pueden admitir errores, no están preocupados por si pierden o ganan. Han ganado ya.»[10] O, como dirían algunos maestros, "han perdido ya."

10. Frances Vaughan, «A Question of Balance: Health and Pathology in New Religious Movements», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 274.

Los errores constituyen un aspecto inevitable de la vida espiritual, un camino en sí y por sí mismos. No hay grandes maestros ni grandes discípulos que no hayan aprendido por ensayo y error, y a veces a través de muchos errores. En una entrevista publicada en el libro: *Spiritual Choices*, Jacob Needleman describe lo que ocurre cuando un individuo intenta lograr la realización espiritual utilizando todo el cuerpo de conocimiento y de enseñanzas que ha recibido.

> Lo que sucede es esto: nos equivocamos y con mucha frecuencia. En momentos insignificantes, inadvertidos, una y otra vez nos equivocamos, nos olvidamos o nos engañamos. Minutos o décadas más tarde, podemos darnos cuenta de lo ocurrido, hacernos conscientes, volver en sí. En ese momento experimentamos una súbita y aguda conciencia de nuestra falibilidad, nuestra falta de realización, la debilidad de nuestra atención, la crudeza de nuestra comprensión. En esos momentos nos sentimos humillados y desconcertados, resultando todo ello desagradable para el ego, hábil como es en impedir que tales sentimientos entren en la conciencia. Frecuentes fallos de la atención y la discriminación resultan inevitables; el recobrarse conscientemente de ellos no se produce de forma automática. La capacidad de experimentar estas humillaciones altamente instructivas y correctivas y permitirles inculcar una genuina humildad es, desde nuestro punto de vista, crucial para el arte práctico del desarrollo espiritual interno.[11]

Tenemos que trabajar por nuestra sabiduría con sangre, sudor y lágrimas. Tenemos que quererla y estar dispuestos a cometer errores, estar dispuestos a tomar decisiones equivocadas, estar dispuestos a seguir a falsos maestros, y estar dispuestos a hacer esto una y otra y otra vez, hasta que hayamos aprendido lo que necesitamos aprender.

11. Jacob Needleman, «When is Religion Transformative?», en *Spiritual Choices* de Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber, pág. 206.

Ser capaces de admitir los errores es una habilidad muy importante para quienes afirman ser instructores de cualquier tipo. Charles Tart se muestra precavido ante aquellos que no pueden admitir sus errores y dice que aprender a hacerlo constituye una lección espiritual y psicológica importante.

> La gran pregunta que me hago es «¿Está las personas bastante desarrolladas espiritualmente para admitir que han cometido un error?» ¿Para intentar corregirse y aprender lo que necesiten aprender?¿O lo racionalizan? Hay demasiados casos en los que se racionaliza: «No estoy seduciendo a bellas mujeres. Estoy ayudando a transferir mi energía espiritual».

Cuando los errores se admiten y se utilizan al servicio del refinamiento del propio trabajo espiritual, no constituyen un problema; incluso errores muy grandes están bien si uno aprende algo de ellos y sigue avanzando. «Purificación a través de la putrefacción» es la expresión que utilizó en una ocasión el psicoanalista Leon Lourie tras escuchar la explicación que ofrecía Claudio Naranjo de su propio proceso espiritual. Según Naranjo:

> Nos purificamos de nuestros atributos enfermos viviéndolos a tope, dejándoles que se revuelquen en el lodo tanto como quieran. De este modo la sabiduría llega antes. Uno ve su locura como es sólo en la medida en que está dispuesto a actuar sobre ella. Es algo paradójico: hay que cometer errores, para corregirlos. Hay que salirse del camino para encontrar el camino.

No hay mejor llamada al despertar como un gran error, sustancioso, que sacuda a uno de su mundo ilusorio. En *The Face Before I Was Born*, Llewellyn Vaughan-Lee escribe: «El fracaso es una de las maneras más simples de destruir el deseo

que el ego tiene de inflación, que puede surgir fácilmente después de una experiencia espiritual».[12] Todo tiene su propósito inferior y su propósito superior, y los errores pueden re-contextualizarse y pasar de ser vistos como equivocaciones a ser vistos como lecciones.

La fuerza negadora

El descubrimiento de la fuerza negadora es otra gran desilusión a la que tienen que hacer frente muchos aspirantes e instructores espirituales. En toda tradición espiritual genuina hay expresiones, símbolos y deidades que representan la fuerza negadora. En el hinduismo está la diosa Kali. En el budismo es Mara, que trata de seducir al Buda y apartarlo de la iluminación. En muchas tradiciones nativas está *heruka*, que representa el reto espiritual.

El practicante espiritual Jai Ram Smith describe la fuerza negadora.

> Tenemos que observar las fuerzas contra las que nos levantamos. Hay una gran fuerza que opera contra nosotros, es muy poderosa y lleva al sueño y a lo que voy a llamar "la Gran Mentira". Ella crea la necesidad del ego y todo lo asociado con él. Forma parte del cuadro. Hay una fuerza real a la que le gustaría ver destrozado todo este trabajo de despertar y en su lugar dar paso a la distorsión y la representación errónea. La fuerza negadora ha de estar ahí, pero la mayoría de la gente no alcanza ese nivel de análisis de la existencia. Es un juego duro el que se está jugando. No es raro que todos busquemos librarnos de tener que reconocer esto, y creo que la mayoría de la gente que termina en el extremo distorsionado de la "iluminación" insiste en negar la existencia de esta fuerza.

12. Llewellyn Vaughan-Lee en *The Face before I Was Born*, pág. 295.

La mayoría de la gente no quiere saber que hay una fuerza trabajando contra ellos. Una vez se admite, no puede negarse, y reconocerlo implica la deconstrucción de muchas de nuestras ilusiones acerca de la vida espiritual y la todavía acariciada fantasía del cielo. Georg Feuerstein comenta lo siguiente sobre ese aspecto de la fuerza negadora que se manifiesta dentro del individuo en forma de resistencias.

> Quizás es más seguro decir que allí donde hay una gran fuerza espiritual hay también una gran resistencia. Los adeptos iluminados de la humanidad representan un principio que va contra la vida convencional. Su misma existencia constituye un reto para la persona ordinaria, la cual no tiene tiempo para cuestiones espirituales, sino que busca la autonomía egoica. Quede claro, no obstante, que incluso los discípulos fieles están sujetos a brotes de resistencia que en ocasiones pueden ser muy dramáticos. La personalidad egoica generalmente se resiste a la transformación. Pero el discípulo está llamado a liberar la energía cristalizada en tal resistencia y utilizarla mejor.[13]

Debería estar claro ya que en la dimensión personal, el mismo ego constituye la fuerza negadora. Este ego personalizado, diseñado por la costumbre, que intenta negar la posibilidad de iluminación de una manera ajustada al sistema de negación particular del individuo es en realidad el Ego, el único ego. Parece específico de cada individuo, pero es, en esencia, una fuerza negadora colectiva que representa la polaridad de cualquier despertar, en cualquier parte del universo, en cualquier momento.

La cuestión de por qué la fuerza negadora existe constituye una investigación digna de ser emprendida por todo estudiante espiritual serio. Aunque puede parecer una fuerza diabólica, es

13. Georg Feuerstein en *Holy Madness*, pág. 160.

también legítima. En algunos grupos indígenas, aquellos que trabajan contra la fuerza del despertar se denominan "contrarios". Según Lozowick, la fuerza negadora no sólo es natural, sino necesaria para mantener el equilibrio en el universo. Todo busca el equilibrio y el universo no es diferente.

> Por una parte, hay una dimensión de la realidad que es evolutiva; por otra parte, hay una dimensión que es entrópica. Si dejamos el universo a sí mismo, todas las cosas se desequilibran. La fuerza negadora no es más que un nombre que hemos dado a una de las fuerzas naturales del universo, de la creación. La creación se halla siempre moviéndose en armonía consigo misma, internamente. Si hay demasiada bondad, hay más maldad. Si hay demasiada maldad, entonces viene un Avatar. Y luego, cuando todo el mundo ha recordado la naturaleza de la verdad, llega el diablo. Así es el estado natural de las cosas, no hay nada no-natural en ello.

Lord Pentland, un seguidor modélico en el linaje del místico ruso G.I. Gurdjieff, anima a los buscadores a realizar el trabajo de llegar a conocer la fuerza negadora tal como es.

> Lo que quiero decir es que después de haber visto, hay que ver más. Cuando despiertas, tienes que volver a despertar otra vez. Tienes que comprender a este adversario. Hacer un esfuerzo, no para luchar contra él, sino para ver de qué está hecho; no resistir, sino ver por debajo lo falso que es. Intenta darte cuenta de cuándo estás profundamente dormido. Ver la cara del falso hombre, no intentar encontrarlo o rastrear su procedencia. En lugar de eso, intenta ver de qué está hecho, qué mentiras cuenta, qué insinceridades.[14]

14. John Pentland en *Exchanges within*, pág. 33.

Dado que la fuerza negadora es natural y siempre existirá como aspecto legítimo del universo, es inútil invertir energía y atención para intentar destruirla. Ahora bien, como parece que en este momento de la historia evolutiva el sueño y la ignorancia se hallan representados de manera más que adecuada en tanto que aspecto del equilibrio universal, podría ponerse más energía en buscar el aspecto iluminado.

Historias de desilusión

Algunas de las historias más inspiradoras contadas por maestros espirituales y por devotos no son narraciones de grandes raptos y juegos de luces, de visiones y revelaciones divinas, sino relatos que describen sufrimientos y frustraciones, así como el lento desarrollo de la sabiduría a través de ensayos y frecuentes errores. Los mortales ordinarios no sólo se identifican con los aparentes fracasos de quienes viajan por el camino espiritual más fácilmente de lo que lo hacen con los testimonios de paz y gozo eternos, sino que estas historias sintonizan con lo que la gente sabe que es profundamente verdadero acerca de la vida. Tales historias dicen las verdades que los misioneros de la iluminación nunca han admitido: que el camino no conduce al tipo de iluminación que el ego intenta hacernos creer que él va a conseguir; que las experiencias de iluminación deslumbrantes no constituyen el final del camino y casi ni siquiera el comienzo; que el camino espiritual está destinado a llevarnos más cerca de nuestra propia humanidad y no más allá de ella.

Claudio Naranjo: sacrificar la iluminación por el bien de la iluminación

Me convertí en instructor en 1971, después de lo que llamaría técnicamente mi experiencia de "nacimiento espiritual"

en el desierto de Arica al norte de Chile, donde había sido mandado para un retiro de cuarenta días. Era a causa de la muerte de mi hijo de once años. Tuve lo que podría llamarse una iluminación temporal.

Estaba haciendo de guía que operaba a través de su propia guía interna. No sabía lo que iba a hacer en cada instante. Era como si estuviera canalizando un nivel superior. Estaba inspirado por algo que estaba más allá de mí, pero mi ego estaba muy contento de ser un canal y creía que suponía una inversión considerable. De niño no me sentí suficientemente apreciado por mi madre, tal como sucede con la mayoría de los mortales en su relación con uno u otro de los padres. Así pues, había un fuerte deseo en mí de ser especial, para ser amado, apreciado y valorado, y para valorarme a mí mismo a través de la aceptación de los otros. Pensaba que al madurar espiritualmente había superado el impulso a ser alguien especial. Ciertamente, había arrojado por la borda mi vida antigua, en cierto sentido, pero, por supuesto, el mismo viejo deseo halló una nueva manera de vivir y alimentarse del estado de elevada inspiración.

Pues bien, algo no funcionaba. Cuando me di cuenta de lo que estaba sucediendo, experimenté una drástica pérdida de estímulo y de motivación. Tras darme cuenta de que no era la bastante compasivo como para hacerlo solamente por los demás, la búsqueda se convirtió en algo más pesado que estimulante. Era como exprimir la última gota de algo. Me puse a meditar cada vez más, como una manera de parar lo que sentía como una caída continua. Pero la meditación me suponía un gran esfuerzo y cada vez era menos fructífera. Me sentía caer más y más desde la cima de la montaña de la experiencia reveladora y avanzar cada vez más hacia el desierto, a pesar de mis esfuerzos por volver a capturar una experiencia que se tornaba más inaccesible. Estaba tocando fondo.

Mi experiencia de la "noche oscura" no era como la descrita en *El libro tibetano de los muertos.* Primero visité el ám-

bito de los dioses, convirtiéndome en un espíritu divino: había mucho gozo, gracia abundante y gran satisfacción espiritual. Luego pasé a algo menos elevado: todavía era una conciencia elevada, pero más como la conciencia de los Asuras que como la de los devas. Uno de mis estudiantes señaló que me había convertido en una "deidad colérica": peleando y luchando, intentando ser Dios.

Después me convertí en un espíritu hambriento. La sed de la experiencia que acababa de perder llegó a ser muy, muy grande. Desemboqué en una motivación muy deficiente y a pesar de hacer mucha meditación seguía descendiendo hacia el infierno. Sintonizaba con una sensación de estar equivocado internamente. Me sentía como si no hubiera dado ni un solo paso en el camino espiritual. Estaba más por los suelos que nunca. Había conocido la depresión, pero nunca había conocido esta especie de metadepresión, de estar tan en contacto con el aspecto interno monstruoso. A veces me sentía como una idiota completo, lo cual me causaba un gran desconcierto.

No sabía que pudiera existir algo así como esta dramática experiencia de avance espiritual que parece definitivo, pero que puede perderse. Pero entonces me familiaricé más con la tradición cristiana y la historia mística cristiana y vi lo frecuente que es el pasar de una etapa inicial de desarrollo espiritual, que es como una luna de miel, a la "noche oscura del alma". Me convertí en una especie de estudiante de la noche oscura a través de mi propia experiencia.

Esta "noche oscura" era el opuesto mismo de cuando me había sentido sabio y pienso que fue la Gracia lo que me llevó a ese estado. Sentirse idiota es muy importante. Es importante sentirse estúpido, sentirse mal, sentir que no tienes nada que dar, que eres puro ego. Cuando ves eso con toda claridad, no puedes creerte ya tus propias mentiras.

Afortunadamente, muchos buenos instructores rondaban por ahí en esa época, así que tuve buenas influencias de las que em-

paparme en un momento en que estaba abatido. Recuerdo cómo Óscar Ichazo me dijo en nuestro primer contacto: «Tienes que perder la experiencia y luego recuperarla, con las llaves en la mano, para trabajar más eficazmente con otros. De otro modo, serás como algunos *babas* indios que han alcanzado un alto nivel de realización, pero no pueden pasar de ella».

Se puede utilizar la luz de una experiencia para ver tu oscuridad. La experiencia se pierde sólo en la medida en que se reinvierte en ti mismo. La luz que recibes se mezcla con tu propia oscuridad y deja de ser luz, pero tampoco la oscuridad es ya oscura. Tu ser se ha transformado.

Tenía una gran aspiración y estaba deseoso de terminar la temporadita que había pasado en el cielo. Estaba dispuesto a sacrificar lo que tenía; sacrificar todo para conseguir lo real. Estaba dispuesto a sumergirme en el espacio, a lanzarme al abismo, pasase lo que pasase, y a digerir lo que fuese. Tuve que aceptar sacrificar la iluminación para lograr una mayor iluminación, en lugar de aferrarme a la iluminación. Creo que la decisión procede de algún espacio de claridad, de intuición y de una motivación a no contentarse con menos.

Después, poco a poco, empezó a llegar la regeneración. Una nueva primavera llegó a mi vida. Algo tuvo que ver en ello una relación amorosa, el enamorarme más profundamente que nunca. Hizo que me sintiera digno de ser amado, más profundamente que antes y sanó algunos de los asuntos de la infancia que todavía se hallaban detrás del problema. También, en un momento determinado, algo se desencadenó en mi cuerpo: otro nivel de la experiencia de *kundalini*, pero mucho más táctil, un proceso más físico que comenzó en mi cráneo y fue descendiendo. Diría que fue el inicio de mi viaje de retorno.

Llegó un momento en el que la gente me preguntaba dónde me encontraba en mi viaje, y yo decía: «Ya no puedo decir que sea la noche oscura del alma». He vuelto al mundo. Es como volver de un peregrinaje. Estoy haciendo algo bueno.

Tengo relaciones más limpias y completas y, al mismo tiempo, no puedo decir que sea la misma conexión espiritual que he conocido y que tuve al comienzo.

Ha sido un período muy bueno, y al mismo tiempo estoy esperando una realización espiritual más grande. Sin empujar la realización, pero sabiendo que me dirijo hacia la realización y confiando en que voy hacia ella aunque no la persiga del modo como solía hacerlo. Estoy permitiendo que venga a su debido tiempo, mientras sigo haciendo lo que necesito hacer.

Quizás una historia que puedo contar a muchos otros es que en determinado momento estuve dispuesto a decir: «Está bien. Tuve mi fruto. Ahora debo regresar a puerto. No voy a enseñar a otros, sino a trabajar conmigo mismo».

Ram Dass: una perspectiva de diez años[15]

Hace diez años estaba totalmente apresado en el papel de ser especial. Era lo que ahora llamaría un "santo farsante". Estaba muy preocupado intentando dar la talla para mí y para todos los demás. Asumía que todos querían que fuera sublime todo el tiempo, así que me preparaba para estarlo ante los otros. Cuando uno está "elevado" se comporta de determinada manera. Uno ríe mucho, es muy benévolo: es el papel del santo. Tomé todas esas partes mías que no encajaban en ese papel y las guardé debajo de la alfombrilla para poder ser lo que todo el mundo quería que fuera. Yo también quería ser eso. Realmente quería ser Ram Dass.

Tenía lo que se llamaba esquizofrenia vertical. Incluso tenía un nombre para cada una de mis personalidades. Dick Al-

15. Ram Dass, «A Ten Year Perspective», en *Journal of Transpersonal Psychology*, 14, n.° 2 (1982), págs. 171-183.

pert y Ram Dass. Ram Dass se sentaba frente a un grupo de personas, las contemplaba desde arriba y quizás hasta amaba a todo el mundo y no deseaba nada. Dick Alpert imitaba a Ram Dass. Alguien venía y decía: «¡Oh, Ram Dass, gracias por tus escritos», y yo oía decir a Ram Dass: «¿No quieres subir y ver mis cuadros sagrados?». Ya sé que esto puede parecer divertido, pero lo que yo sentía era una enorme hipocresía, siendo lo que todo el mundo quería que fuese. Lo que sucedía era que la identidad espiritual jugaba psicológicamente conmigo. Psicológicamente había partes enteras de mi ser que yo temía y no aceptaba. Tenía una justificación para liberarme de ellas convirtiéndome en un santo, y estaba usando mi viaje espiritual de forma psicodinámica para liberarme de cosas que no podía reconocer en mí mismo.

Con el tiempo comencé a sentir que estaba en un castillo de arena. Tenía que vivir con mi propio horror y lo difícil era que estaba intentando vivir en la proyección que otros creaban de mí. Pero cuando tenía que estar a solas conmigo mismo, me sumía en depresiones muy profundas, que además ocultaba.

Mi teoría era que si me esforzaba haciendo mi *sadhana*, si meditaba profundamente, si abría mi corazón mediante prácticas devocionales, todo ese material no reconocido se eliminaría. Pero no sucedía eso, y me costó años entender cuál era la enseñanza de todo ello. Podía soplar y resoplar en *pranayama*, controlar mi respiración para entrar en un estado de trance y en ese trance afirmar que todo Dick Alpert quedaría totalmente eliminado. Pero siempre volvía a descender, y descender tenía una connotación peyorativa para mí.

De algún modo, ser humano quería decir menos que perfecto. Todo era perfecto excepto yo. El problema que arrastré durante años era que intentaba saltar al amor cósmico sin ocuparme de la afectividad, porque la afectividad era demasiado humana para mí. Lo que experimenté es que aparté mi huma-

nidad para abrazar mi divinidad. Comencé a sentir que mi libertad iba a estar en una tensión creativa entre ser capaz de ver la perfección y simultáneamente experimentar dolor; ver que no había nada que hacer y sin embargo trabajar tan duramente como pudiera para eliminar el sufrimiento; ver que todo era un sueño y aun así vivir dentro de su realidad. Mi trabajo actual consiste en llegar a la plenitud del corazón humano. La gente solía decir: «Te amamos y pensamos que eres hermoso y muy claro, pero no confiamos en ti». Decían que no confiaban en mí porque no sentían mi corazón, mi humanidad. Hay una imagen de una estatua del Buda con una leve sonrisa en la comisura de los labios que se conoce como "la sonrisa de insoportable compasión". Es una manera de abrirse a la horrible belleza de todo. Puede soportarse no matándose uno mismo, sino buscando un equilibrio en todo.

Hace diez años solía preguntarme: «¿Cuánto falta para que alcance la iluminación?». Ahora he desarrollado la paciencia. No se trata de desesperación. Es paciencia. Se halla enraizada en el abandono. Mi apego a la meta hacia la que me dirigía impedía que llegara. Ahora ya no intento imitar a nadie. Soy Dick Alpert y soy un perfecto Dick Alpert. Presto atención instante a instante, y cuando escucho, las cosas cambian y siento que no puedo temer ser incoherente si escucho la verdad y permito que se manifieste mi singularidad. Ahora escucho y hago intuitivamente lo que tengo que hacer. El libro de las reglas no va a ser demasiado bueno, a pesar de las cosas fantásticas que cubre y de lo espléndidos que sean sus autores.

Gilles Farcet: habla de la actitud sobria y realista que Arnaud Desjardins tiene acerca de la iluminación

Cuando acababa de entrar en el camino, pensaba: «Arnaud está iluminado. Se halla en ese estado gozoso». Tenía todo tipo de fantasías sobre ello, lo cual es muy normal. Sin embargo, cuando tuve oportunidad de hablar con él acerca de eso, siempre tuvo una actitud muy sobria, pragmática e incluso desilusionante. Por una parte, decía decididamente: «Sí, se ha producido un cambio de contexto». Pero una vez reconocido eso, decía cosas como: «Pero tuve que practicar y veía volver los mecanismos y tuve que estar muy vigilante y ser muy cuidadoso». O decía: «Creo que en realidad comencé a practicar cuando abrí mi primer *ashram*: Le Bost». En esa época, todo ello me resultaba muy desconcertante, porque pensaba: «No entiendo. Si está iluminado, ¿qué quiere decir eso de que los mecanismos vuelven? Yo pensaba que con la iluminación se está libre de esos mecanismos. ¿Qué quiere decir que en realidad empezó a practicar cuando abrió su primer *ashram*? ¿No estaba ya iluminado, no era ya un gurú?». Estaba desconcertado por todo ello, pero a medida que pasó el tiempo y yo seguía en el camino y hablaba con él sobre esa cuestión, más cuenta me fui dando de que su actitud es muy auténtica y muy importante. Arnaud tuvo un cambio de contexto, pero este cambio fue una cristalización de esfuerzos realizados durante años (una *sadhana* muy rigurosa bajo la dirección de un gurú singular tras años de intensos esfuerzos y una búsqueda sincera haciendo frente a la verdad acerca de sí mismo en términos muy concretos). En una ocasión me acerqué a él y le pregunté qué le dijo su maestro, Swami Prajñanpad, cuando se produjo su cambio de contexto. Imaginaba que él había ido exaltado a Swami Prajñanpad y le había dicho: «¡Lo he con-

seguido!», y que su maestro le habría abrazado y todo eso. Arnaud dijo: «No lo comentamos. Un día tuve una entrevista y luego sucedió eso y continué acudiendo a mis entrevistas como siempre durante los días siguientes. Sin duda, Swamiji se dio cuenta de que mis preguntas habían cambiado un poco, de que mi perspectiva había cambiado y de que yo no me protegía ya a mí mismo, pero eso fue todo». Arnaud decía que no fue sino dos años más tarde, en una conversación informal, cuando Swamiji dijo algo así como: «Mmm, Arnaud, usted ha cambiado. No cabe duda. Ha cambiado». Y eso fue todo. Y a continuación empezaron a hacer planes para el primer *ashram* y Swami Prajñanpad le dijo: «No creo que deba permanecer en un trabajo administrativo en televisión. Su trabajo es enseñar». Pero no se dijo nada más. También me he dado cuenta de que cuando la gente pregunta algo a Arnaud acerca de su iluminación, él dice cosas como: «¡Oh. Espera. Lo que he logrado no es nada comparado con lo que consiguió Ramana Maharshi». O: «Hay un progreso que continúa posteriormente». Incluso no hace mucho me dijo: «Afortunadamente, tengo a mi mujer y a mi hijo, que viven cerca de mí y que no me perdonan. Cuando algo no les gusta, me lo dicen sin más, algo que la mayoría de la gente no haría, dado que yo soy su maestro. Pero ella es mi esposa y él es mi hijo y me lo dicen sin rodeos; ¡y eso es bueno para mí!» Me dijo también que recientemente le había ocurrido algo desagradable y pensaba que había sido una oportunidad para practicar más y profundizar su práctica. Me emocionó esto y pensé: «No cree que ya no tenga que practicar». Aprovecha cada oportunidad, aunque al mismo tiempo reconoce con toda claridad que no es un falso maestro y no practica lo que llama "enseñanza ilegítima de la sabiduría". He aprendido mucho de esta sobria actitud.

Es un camino largo y lento, lo mires como lo mires. Quienes dicen que llega instantáneamente, con facilidad y a muchos, hablan de una iluminación distinta de la que se habla aquí. *Satoris* rápidos y éxtasis fáciles pueden comprarse en la tienda de "todo a cien", pero lo Real nunca es barato, nunca es rápido y nunca es fácil.

Forma parte de la neurosis colectiva del mundo occidental el creerse superior en todas las áreas de la vida, incluyendo la iluminación. Como los occidentales pueden conseguir casi todo lo que quieren con una tarjeta de crédito de plástico, suponen que con la iluminación debería ser igual. La *sadhana* de la desilusión es el descubrimiento de que no hay salida fácil ni tren rápido. No hay más que el trabajo de práctica diligente, la oración, el servicio, la humillación, la continua pérdida de fachada y la desilusión. No puede ser de otro modo.

Hallarán una historia de desilusión detrás de cada gran discípulo y de cada gran maestro. El ego nunca comienza humilde y libre de ilusiones. El mismo ego que a menudo engaña a uno en el camino es el ego que, una vez dedicado por entero al sendero, comienza a ser zarandeado por un proceso más grande que él mismo. La misma Verdad a la que el ego dice aspirar comienza a vapulear y a moler al individuo en el camino hacia una experiencia viva de la Realidad para que el individuo pueda convertirse en un verdadero servidor de ésta. Como veremos en el último capítulo, ni siquiera la iluminación es el final del camino. Es el comienzo de un camino que no tiene fin. La vida espiritual, por una parte, exige y, por otra, ofrece una oportunidad muy distinta y mucho mayor que cualquier tipo de iluminación soñada por el ego. Abre el camino de la vida natural, la vida simple, la vida plenamente humana.

21. LA ILUMINACIÓN ES SÓLO EL COMIENZO

> Cuando las cosas ordinarias se vuelven extraordinarias y las cosas extraordinarias se vuelven ordinarias, entonces se ha vislumbrado la iluminación.
>
> LEE LOZOWICK

«Después de haber subido los cien metros de altura tienes que saltar. Ése es el próximo paso», afirma Roshi Jakusho Kwong en terminología zen clásica. La iluminación, considerada pináculo de todo la vida espiritual, bien podría ser sólo su comienzo. Obviamente que la iluminación, sea o no la última expresión de la vida espiritual, depende por completo de cómo se defina la iluminación. Había maestros en la antigüedad cuya comprensión de la iluminación era tan amplia que incluía una expresión madura de esta iluminación en los detalles más pequeños de la vida y una plena apertura a expandir y profundizar constantemente su iluminación; pero casi sin excepción, en la época contemporánea, se considera que la iluminación sucede cuando se trasciende la percepción dualista y se accede a una percepción no-dual, a un estado sin ego.

Reggie Ray cuenta la historia de alguien que preguntó a Trungpa Rinpoche:

–¿Qué sucede cuando uno se convierte en un buda totalmente iluminado?

–Eso es sólo el comienzo –contestó Trungpa Rinpoche.

–¿El comienzo de qué?

–El comienzo del viaje espiritual.

«La gente tiene grandes egos –comenta Roshi Kwong–. Creen que incluso vislumbrar la vacuidad o su primera realización es el final del camino. Y la gente se cuelga de esas cosas y cree que está preparado para enseñar. Pero apenas saben que no es más que el comienzo. Se han convencido de que están preparados y de que no tienen nada más que aprender.»

Muchos maestros altamente respetados, incluyendo a Trungpa Rinpoche, Jakusho Kwong y Lee Lozowick, coinciden en que el individuo ni siquiera comienza a hacer trabajo espiritual hasta que ha tenido un cambio profundo de contexto y una realización profunda y permanente de la perspectiva no dualista. Aunque muchas escuelas espirituales definen la iluminación como el rasgar la ilusión de la dualidad, Lozowick dice que él no diría que tales individuos están iluminados: «Yo diría que han tocado el comienzo de la iluminación. A menos que la iluminación sea madura, yo no la consideraría iluminación».

La iluminación se ha comparado con el jardín de infancia del verdadero trabajo espiritual. Gilles Farcet reflexiona sobre este principio revisando el proceso de su propia formación:

> Cuando terminé la secundaria y aprobé el examen, ¡fue todo un acontecimiento! Pero pronto pasó. Había aprobado. Así que fui a la universidad y estando allí pensaba: «Qué estupendo sería tener una licenciatura». Miraba a los que estaban en el tercer año y pensaba: «Oh, qué emocionante». Pero luego obtuve mi licenciatura y quedó como algo pasado. Así

que decidí obtener un máster y luego un doctorado, y en cuanto tuve mi doctorado, éste se convirtió en algo ya pasado. Tenía que seguir con mi carrera. No podía quedarme los siguientes treinta años de mi carrera diciendo: «¡Tengo el doctorado, tengo el doctorado! Soy Gilles, doctor Gilles Farcet. Llámeme "doctor", por favor». No; tenía que seguir con mi carrera, encontrar un trabajo.

Uno no puede quedarse toda la vida diciendo: «Oh, he logrado este cambio de contexto», o diciendo de manera más sofisticada: «"Se" ha logrado, el "yo" ha desaparecido». Hay que seguir viviendo y enseñando, y hay que demostrar que se ha producido ese cambio y qué consecuencias tiene en la vida diaria, en la manera de relacionarte contigo mismo y con los demás.

Según Bernadette Roberts, las primeras etapas de la iluminación se caracterizan por una gran comprensión y una gran experiencia extática, y proporcionan emoción y grandeza a aquellos aspectos del ego que permanecen sin integrar, así como a los seguidores entusiastas. Sin embargo, la profundización de esa iluminación inicial en lo que ella llama "estado unitivo" no puede expresarse de esa manera seductora e impresionante. Sugiere que es importante distinguir entre la serie de experiencias e intuiciones que surgen con la experiencia inicial de iluminación, o "etapa de capullo", y las experiencias que surgen como aspecto de la vida de una mariposa madura. Dice también que se necesita escuchar cosas sobre las experiencias vitales de la mariposa madura, sobre lo que ocurre después de salir del capullo.

Si en cuanto salimos nos ponemos a escribir sobre las experiencias que nos han transformado, las publicamos y hacemos circular las buenas noticias, lo único que hacemos es generar una expectación prematura basada en la novedad del estado... En lugar de eso, escuchemos a quienes han vivido

> veinte o cincuenta años en ese estado y quizás oigamos una historia distinta; habrá que decir algo acerca de lo que ocurre después. Necesitamos escuchar cosas sobre la vida ordinaria de una mariposa madura.[1]

Poco después escribe: «Hasta que –y a menos que– la mariposa viva este estado en el mundo ordinario, lo único que puede decirnos es cómo se convirtió en mariposa, no puede contarnos la vida de una mariposa. De hecho, hasta que muera, todos los datos de la vida de una mariposa están incompletos».[2] Algunos caminos terminan con el emerger de la mariposa, mientras que otros caminos insisten en que este final es sólo una señal que marca el comienzo del camino.

Sin final

«Este trabajo es constante, de larga duración, interminable –dice Sensei Danan Henry–. Se dice que el Buda está sólo a medio camino. El Buda está allí arriba en el cielo *tashida*, practicando.» No sólo la iluminación es el comienzo, sino que no hay fin, nunca, en ninguna parte, para la evolución, el crecimiento, la iluminación. Esto ofrece una contemplación sobria, que puede llegar a ser descorazonadora, para el buscador espiritual medio.

«Oh, pero después de la iluminación cada vez es mejor, a medida que uno se expande hasta el infinito», dice el aspirante ingenuo y esperanzado. Quizás sea así, pero quienes han viajado más allá de donde la mayoría ha llegado dicen que el trabajo es cada vez más exigente, más desafiante, más duro. Si bien es cierto que el individuo se halla más preparado para

1. Bernadette Roberts en *The Path to No Self*, págs. 210-211.
2. Bernadette Roberts en *What is Self?*, pág. 30.

manejar esos grandes retos, el trabajo aumenta en proporción a su capacidad de manejarlos.

Indudablemente hay un cambio de contexto o una "iluminación" inicial, que transforma de manera irrevocable la perspectiva del individuo. El error es confundir ese cambio con el final del propio camino. Dogen decía: «No hay comienzo para la práctica ni final en la iluminación; no hay comienzo de la iluminación ni final en la práctica.» Es imposible encontrar un final de la iluminación, pues la purificación sigue eterna y simplemente, así son las cosas.

Roshi Kwong explica el proceso de iluminación como un círculo que se halla en constante ampliación, pero siempre volviendo a sí mismo.

> La iluminación es como un círculo: iluminación, luego desengaño, luego iluminación de nuevo y otra vez desengaño. Nos iluminamos mediante el desengaño y luego nos desengañamos de nuestra iluminación. Entonces de nuevo nos iluminamos por nuestro desengaño. No hay principio ni fin. Así pues, el adepto, o el verdadero buscador, siempre continúa.

El maestro sufí Bhai Sahib, hablando de *Brahma-vidya*, el conocimiento de Brahma, decía: «Miles y miles de años no son suficientes, pues se trata de un proceso continuo... Esto es algo que me gusta de la vida espiritual: siempre se está empezando. Nunca se puede decir: "He llegado" y sentarse. En lugar de eso, uno ve cómo se expande el horizonte cada vez más, cómo se expande la conciencia cada vez más».

Para algunos, el carácter interminable del camino es demasiado apabullante, demasiado difícil. Sin embargo, para otros es una buena noticia, como sugiere Robert Ennis. Si bien "sin final" significa que no hay descanso para el viajero fatigado, también quiere decir que no hay limitaciones, nunca, ni siquiera la limitación de la iluminación.

Como dice Roshi Kwong: «Mientras tengamos una mente y un cuerpo, la iluminación continúa. No hay lugar para el descanso». La vida sigue, y lo mismo sucede con el trabajo del iluminado. No hay final de la iluminación, pues el potencial de profundización y de entrega a Dios o la Realidad es verdaderamente infinito.

Dualidad iluminada

La dualidad iluminada es la re-entrada en el mundo después de una experiencia de no-dualidad, en la que uno funciona en el mundo a partir de su realización. Quien vive en la dualidad iluminada ha realizado ya la no-dualidad, y con esa realización presente ha descendido voluntariamente de nuevo al ámbito de la dualidad, aportando con él la perspectiva iluminada para que pueda vivirse en la dualidad.

Las imágenes zen del boyero ofrecen una clara ilustración de esta expresión madura de la iluminación. Cada una de las diez imágenes está rodeada por un círculo, simbolizando cada una, una de las distintas etapas en el proceso de "capturar" la mente salvaje, representada como un buey. A medida que avanzan las imágenes, un hombre captura el buey, incluso se vuelve uno con el buey, representándose esto por un círculo vacío. Pero los cuadros no terminan ahí. La imagen final muestra al hombre llevando al buey con una cuerda de nuevo al mercado, indicando la necesidad de llevar la propia realización de vuelta al mundo.

«Habiendo llegado finalmente al estado de madurez humana, la meta inmediata no es morir, como si no hubiera ningún sitio más allá donde ir –dice Bernadette Roberts–, sino vivir la experiencia humana tan plenamente como sea posible.»[3]

3. Bernadette Roberts en *What is Self?*, págs. 29-30.

La iluminación en el mercado no es tan atractiva para el ego como la iluminación en un trono o con un turbante fantástico o con grupos vestidos de blanco inclinándose a sus pies. Quien vive desde la perspectiva de la dualidad iluminada puede ejercer una función docente formal o no, pero independientemente de eso, su atención está en la vida aquí y ahora, y en la incuestionable necesidad de iluminar la vida ordinaria.

La cuestión es vivir la iluminación aquí y ahora. Seguimos pensando que vamos a encontrarla en algún otro lugar, distinto de éste, en otro lugar además del dolor, el sufrimiento y el gozo, y más allá de nuestras vidas mismas. Pero nunca se encuentra allí. A todos nos gustaría permanecer en estados extáticos, pero no es algo natural. Hay unos pocos cuyo destino iluminado es viajar por el cosmos, pero la vida orgánica, humana, generalmente no consiste en sentarse en una cueva durante treinta años siendo devorado por las hormigas y alimentándose de nutrientes sutiles del aire, en una meditación tan profunda que ni siquiera se siente el cuerpo. *Kaya sadhana* es la *sadhana* del cuerpo, y lo que satisface al cuerpo es la relación humana, sentida a través de todos los sentidos del cuerpo.

Joan Halifax, que estuvo muy implicada en las tradiciones chamánicas antes de realizar la *sadhana* en la tradición zen, dice a este respecto:

> El reconocimiento de ser un *tulku* renacido o un ser iluminado no va a absolvernos del aquí y el ahora. Aunque he estado comprometida con el chamanismo, no pienso mágicamente. Soy muy concreta. Soy mujer. Soy muy práctica y he visto los frutos del romanticismo, de la espiritualidad romántica, perjudicar a mucha, mucha gente.

Andrew Cohen dice: «No hay ninguna experiencia, sentimiento o intuición espiritual que pueda liberarnos de la carga

de la realidad, la carga de la vida *como realmente es*».[4] El acierto de la dualidad iluminada es el hecho de integrar y aplicar nuestras comprensiones más profundas, nuestros sentimientos más auténticos y nuestra plena atención a la vida que se halla ante nosotros y vivir en ella.

La práctica como iluminación

«La práctica es una forma de iluminación –dice Joan Halifax–. Consiste en estar decidido a vivir la vida de un Buda, de un ser despierto, de una persona que fundamentalmente se propone no dañar a otros seres ni a sí mismo.» La idea de considerar la práctica como iluminación es una perspectiva inhabitual sobre la *sadhana*. Si bien es obvio que uno no está iluminado simplemente por el hecho de practicar, una vida de práctica que sea impecable en su refinamiento, intencionalidad y fiabilidad constituye una expresión de la iluminación.

La mayor parte de los instructores incluidos en este volumen están de acuerdo en que un cuerpo de práctica que exprese la perspectiva iluminada es más deseable que una experiencia de iluminación no acompañada de práctica constante. Mel Weitzman comenta:

> No me importa lo iluminados que estén mis estudiantes. Está bien estar iluminado, pero no es más que una iluminación. En nuestra práctica decimos que la práctica misma es la iluminación. La iluminación no se experimenta en sí misma, se experimenta como práctica; y la práctica se experimenta como iluminación. Pero si se intenta entender qué es la iluminación o apresarla, entonces no es la iluminación. Pero si uno practica sinceramente, entonces la iluminación este

4. Andrew Cohen en *What is Enlightenment?* 2, n° 1 (enero 1993), págs. 6-7.

allí. Nos volvemos ambiciosos de iluminación. Queremos apresar eso que llamamos iluminación para tener algo.

Intentar expresar la iluminación en este momento a través de la práctica es un esfuerzo que merece la pena. En *The Joy of Sacrifice*, E.J. Gold comenta así ese punto:

> No hay que cumplir estas obligaciones con expectativas de recibir un premio o de tener mérito. Para quienes tienen conciencia, el trabajo es su verdadera recompensa. En el trabajo se recibe la recompensa desde el momento en que se pasa a la acción y se está presente. A la humanidad no le importan tus esfuerzos, y de hecho, no sólo no hará nada para ayudarte a soportarlos, sino que intentará, debido a su ignorancia y su temor, destruirte a ti y a tu trabajo... Tu devoción, tus esfuerzos y tus constantes sacrificios por el bien común serán desatendidos tanto en el Cielo como en la Tierra.[5]

Si no existe algo así como una iluminación futura, aquel que se toma en serio su práctica espiritual se ve forzado a buscar gratificación en las acciones del presente, acciones que deben expresar la iluminación si tienen que producir plenitud. La iluminación, pues, tiene que convertirse en una expresión consciente de la actividad de cada instante, lo cual no es diferente de la práctica misma.

Resulta de interés observar que incluso aquellos que son considerados "maestros" continúan practicando a lo largo de toda su vida. Sus prácticas pueden ser parecidas o diferentes a las del aspirante que todavía se halla buscando, pero su vida es una cadena continua e ininterrumpida de práctica. E incluso cuando el maestro se mueve en una esfera de entrega en la que no le queda otra opción más que practicar, la práctica si-

5. E.J. Gold. *The Joy of Sacrifice.* Prescott, Arizona: IDHHB y Hohm Press, 1978, págs. 34-37.

gue siendo estimulante, exigiendo gran energía y esfuerzo, y a menudo yendo contra las tendencias que permanecen vivas en su personalidad. Si no hay límite final, no hay ningún momento en el que uno se pueda permitir no practicar.

La práctica de proclamar la iluminación

La práctica de proclamar la iluminación constituye una consideración avanzada de la noción de práctica en tanto que expresión de la iluminación. Así como la proclamación prematura de iluminación es una manifestación de debilidad, la práctica de proclamar la iluminación constituye una expresión de enorme fuerza y dignidad. La práctica de proclamar la iluminación es muy exigente y constituye un alto riesgo, así como un peligro para el ego no bien formado. Aunque puede ser contemplado por cualquiera y se puede flirtear con ello, es raro el practicante que es capaz de realizar esta práctica con éxito.

El objetivo de la práctica es morar en la realidad del despertar que se halla presente cuando uno no se encuentra prisionero en los velos de la ilusión de la separación. El modo de hacerlo es el siguiente. Cuando uno vislumbra el estado iluminado, si no abusa de la posibilidad de mecerse excesivamente en los raptos y las visiones, puede permitir que ese despertar temporal le muestre lo que haría falta para mantener esa realización. Cuando esa iluminación temporal o superficial desaparece, el individuo comienza a practicar o actuar de acuerdo a lo que percibió en el estado iluminado. De este modo, todas sus acciones se convierten en expresión de la iluminación, incluso si el estado interno no corresponde a ello.

Así pues, el *koan* que se encuentra en la base de la práctica de proclamar la iluminación es: si uno actúa continuamente desde la perspectiva del despertar, aun cuando se halle dormido, ¿puede decirse, en realidad, que esté dormido?

En *Spiritual Choices*, Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber escriben: «La práctica es necesaria, pero puede realizarse desde la iluminación, en lugar de intentando obtener la iluminación. Cuando se realiza la práctica desde la iluminación, cada uno de los pasos se convierte en una expresión de la iluminación».[6]

El rabino Zalman Schachter-Shaloni explica este proceso en términos de "pre-tensión", que es distinto de imitación y autoengaño.

> Me gusta el término "pre-tensión", pues significa que estoy allí antes de ir. Yo creo que toda sintonización implica algún tipo de pre-tensión. ¿Cómo me convierto en un santo? Pre-tendo ser un santo. No me refiero al pretender socialmente ser un santo para la gente mundana, sino que digo: «La próxima media hora viviré según lo que entiendo que es la manera de vivir un santo». No es que haya logrado ese estado ya, pero estoy haciendo la plantilla de mi conciencia y mi experiencia para que adopten ese ideal tal como lo comprendo. Lo más probable es que cuando lo alcance me lleve todavía algunas sorpresas y tenga que ajustar mis expectativas respecto a lo que es la santidad.

Una de las mayores posibilidades de la práctica de la iluminación es que el ego es puesto a prueba de manera estricta. El individuo que practica la proclamación de iluminación elige actuar contra las tendencias egoicas del ego instante a instante. En cuanto se intenta, el ego saca sus uñas, las clava, se retuerce y muerde tratando de arrastrar a la persona de nuevo hacia el nivel de un funcionamiento mecánico, dominado por la supervivencia. Pero si los esfuerzos del ego para retomar el control son derrotados por la fuerza de la práctica iluminada, existe la posibilidad de que el ego, como un perro furioso detrás de las

6. Dick Anthony, Bruce Ecker y Ken Wilber en *Spiritual Choices*, pág. 116.

rejas, que se cansa de luchar, abondone su postura, aceptando una disposición iluminada que, en ese momento, puede no distinguirse de la propia iluminación.

Los peligros de la práctica de proclamar la iluminación deberían ser obvios. Deberíamos ser conscientes de la diferencia entre "actuar como si" uno estuviera iluminado e imitar la iluminación, entre la práctica de proclamar la iluminación y la presunción inconsciente y autoengañosa de estar iluminado. «Adoptar la posición de iluminado puede ser productiva o contraproductiva –dice Claudio Naranjo–, todo depende de si brota de una elección consciente o del autoengaño.»

La clave de esta delicada práctica es recordar siempre que uno está actuando "como si". En el momento en que uno se olvida de que está practicando y presume que sus acciones son expresión de un cambio ya ocurrido, en lugar de un cambio al que se aspira, la persona ha picado el anzuelo del ego y caído en la trampa del autoengaño. La presunción de que se ha integrado ya aquello que uno está practicando conducirá inevitablemente a la arrogancia y la inflación.

El maestro como discípulo

El verdadero maestro es un maestro para sus estudiantes, pero para sí mismo es siempre un discípulo. Como dice el Dalai Lama: «Soy un simple monje». Aunque es un líder político y espiritual para el pueblo tibetano, así como una inspiración para buena parte del mundo, para sí mismo es un monje. Frente a su "jefe" –el propio universo–, no es "su Santidad", sino un servidor de la Gran Obra.

La mayoría de los instructores incluidos en este volumen son tanto discípulos como instructores y maestros. Si no son discípulos de un instructor, se consideran discípulos o siervos de Dios, la Realidad o la humanidad.

Ser discípulo es ser humilde ante una fuerza mayor que uno mismo, sentirse responsable ante algo o alguien a quien se tiene un gran respeto. Cuando un maestro piensa: «Soy dios. Tengo el poder», no se somete a nadie. No hay conciencia superior ni exigencia viva de evolución continua y de entrega cada vez más profunda. No hay más que uno mismo, y viajar solo resulta más peligroso, incluso para un dios.

Todos los grandes santos del pasado –Jesús, Rumi, Moisés–, así como los santos más recientes –Swami Papa Ramdas, Shirdi Sai Baba, Anandamayee Ma, Meher Baba–, fueron todos discípulos de grandes maestros, aun si el maestro era Dios o la Realidad misma. La entrega a su maestro les proporcionó una tremenda fuerza y bendiciones que pudieron compartir con los demás y que les protegieron del aislamiento celestial.

Un instructor o maestro se halla más a salvo de los peligros de toda presuposición y toda asunción capaces de conducir a la arrogancia y a una eventual caída si se mantiene centrado en su discipulado en lugar de hacerlo en su maestría. Su tiempo y su atención externos están situados en su función de maestro, pero internamente se hallan centrados en su discipulado.

Arnaud Desjardins nos previene:

> Más vale ser un verdadero discípulo que un maestro insuficientemente preparado. Más vale ser un verdadero discípulo, cuyos lazos y cuya relación con su propio maestro son muy profundos, que alguien que proclama ser un maestro por derecho propio, sin haber llegado al final del camino. Un maestro es un servidor: un servidor de su propio maestro, un servidor de la enseñanza y del *Dharma*.

Aunque es un maestro espiritual para miles de discípulos, Desjardins dice de sí mismo: «Aunque actúo como maestro y realizo el trabajo de maestro, soy un discípulo. Mi relación es la de un discípulo con su maestro y con todos los maestros que he encontrado y en los que he confiado».

«Mucha gente hoy en día se precipita en proclamar los logros más elevados al hablar de sus maestros –comenta Gilles Farcet–. Dicen que es un *avatara* o que ha trascendido todo, y cosas por el estilo, mientras que la pregunta apropiada sigue siendo: "¿Es un discípulo?".» El verdadero discípulo se vuelve hacia su maestro en un acto de constante entrega, una proeza mucho mayor y un trabajo amoroso más exigente que el proclamar la propia maestría.

En *Aghora III*, Robert Svoboda comparte la bendición de la humildad que el Aghori Vimalananda le concedió al final de su vida:

> El desarrollo espiritual acaece cuando la *kundalini* afloja su apresamiento del yo limitado y volviendo su rostro hacia su Señor, comienza a actuar no a partir del deseo de beneficio personal, sino para mayor gloria de Eso Que es Real. Esto produce verdadera felicidad. En la medida en que sigo realineando mi propia *kundalini* hacia la meta, sé que alguien corregirá cada error que cometa, y levantándome de cualquier cuneta en la que pueda caer, me devolverá al camino. Ésta fue la bendición de despedida de mi amigo-filósofo-guía, la prenda del amor de su *aghori*, la bendición que podía dar porque se había consagrado completamente en ofrenda a su Sí mismo.[7]

No hay límite final para el maestro que es también discípulo, ni hay autosatisfacción o absorción autocentrada en la propia divinidad o la propia posición. Si uno tiene su atención puesta en algo más grande que él mismo y se halla en actitud constante de servicio a ello, está protegido ante los poderes de seducción y del ego, y es más capaz de servir a los otros. «Uno se halla a salvo siendo consciente de ser un servidor, más que siendo consciente de servirse a sí mismo –ex-

7. Robert Svoboda en *Aghora III: the Law of Karma*, pág. 316.

plica propone Annik d'Astier–. Yo creo que es posible tener una relación con lo divino y vivir como un servidor.»

Entrega y servicio

La mayoría de nuestras ideas acerca de la entrega son sólo ideas, no sacrificio vivido. Quien no conoce la entrega sólo puede hablar de la entrega, intuir la entrega y orar por la entrega, pero el don del abandono de uno mismo es algo distinto de todos los conceptos sobre ello. Es más probable que uno despierte a través de la entrega que a través de la búsqueda del despertar. El esfuerzo por despertar es un esfuerzo del ego, mientras que la entrega consiste en abandonar todos los esfuerzos y ponerse en manos de una fuerza más grande y más poderosa que cualquier realización de la no-dualidad.

Mientras que las nociones contemporáneas de la iluminación consideran que se trata de un estado de unidad, Reggie Ray dice que, desde el punto de vista tántrico, la enseñanza básica del no-ego es entrega.

> Se trata simplemente de que podemos entregarnos, podemos abandonarnos, soltar toda nuestra actitud de aferrarnos a la realidad. No tenemos que colgarnos de las cosas, no tenemos que mantenernos a nosotros mismos, ni siquiera espiritualmente. Las enseñanzas son que la realidad es tan buena y que hay tantas bendiciones en el universo que podemos realmente abandonarnos a la vida y no necesitamos todas esas técnicas y trucos para intentar mantenernos a flote.

Generalmente se piensa que la iluminación es un estado de "omni-sapiencia", mientras que la entrega consiste en abandonarse a lo desconocido. Cuando finalmente se abandonan todos los inútiles intentos de hacer que la realidad se adapte a los propios deseos y se permite que se despliegue sin trabas,

toda la energía que se utilizaba en intentos absurdos de manipular el universo se libera. Mahatma Gandhi decía que cuando la gente muere a sí misma, inmediatamente se encuentra al servicio de todas las cosas vivientes.[8]

La entrega y el servicio se hallan estrechamente unidos, pues aquel que se ha entregado sirve. La Realidad a la que se han entregado, sea directamente o a través del linaje de maestros que les preceden, no puede sino servir y, por tanto, también ellos tienen que servir. Una vida de servicio a otros constituye una evidencia de iluminación constante, pero puede adoptar muchas formas, incluyendo el servir a la propia familia e hijos, y no debería juzgarse superficialmente. Cuando el célebre maestro zen Issan Dorsey decía que ser un verdadero *bodhisattva* no es más que ser un ama de casa impecable, estaba ampliando deliberadamente el horizonte del servicio que tenían sus estudiantes. El servicio es mucho más amplio que aconsejar, enseñar o alimentar al pobre. Es servicio toda acción que brota naturalmente de la iluminación, de la entrega.

Charles Tart comparte con nosotros una historia que le contó el instructor tibetano Sogyal Rinpoche, el cual fue durante un tiempo el traductor-intérprete del Dalai Lama. Éste decía que le encantaría tener tiempo de sobra para asistir a muchos retiros de meditación, practicar y convertirse en un iluminado, pero que obviamente no tenía tiempo, pues tenía todo el trabajo de ser el Dalai Lama. Pero entonces pensó: «Si me iluminara, emplearía todo mi tiempo trabajando en ayudar a que otros seres sintientes fuesen más felices. ¿Y qué estoy haciendo ahora? Estoy empleando todo mi tiempo en trabajar para ayudar a que otros seres sintientes sean más felices. Entonces, me inclino a creer que no es importante que yo llegue a la iluminación».

8. Mahatma Gandhi en Stanislav y Christina Grof. *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Kairós, 1993.

Joan Halifax ve su propio camino como el camino del servicio.

> Voy al *zendo* varias veces al día, me siento en *sesshin* y todo eso, pero en realidad donde verdaderamente aprendo más es yendo allí donde el sufrimiento es profundo, y no sintiéndome separada de quienes están sufriendo. Y si me considero separada, lo que sucede con frecuencia, mi práctica consiste en ser consciente de ello y ver por qué hay miedo ante esa situación.

El servicio es la expresión directa de la entrega, o de la "condición unitiva", en términos de Bernadette Roberts. Ella afirma que la condición unitiva engendra un amor y una generosidad tan inmensas que «este amor es demasiado grande para ser guardado en el interior o sólo para uno mismo», y naturalmente tiende a abarcar toda la existencia.

> Este amor encuentra que no es salida suficiente para sus energías el mero gozo de las experiencias beatíficas transitorias. En realidad, este amor es tan grande que sacrificaría el cielo para poner a prueba su amor por lo divino en el mundo.[9]

El *bodhisattva*, el verdadero servidor de Dios, nace de su entrega. Ha sido capaz de no detenerse, en su movimiento hacia la realización de la posibilidad más elevada de su existencia, ni siquiera en la iluminación.

Reb Zalman: «Hacer el trabajo de Krishna»

Hay una bella historia que procede del hinduismo. Un hombre va a Krishna y le dice:

9. Bernadette Roberts en *What is Self?*, pág. 35.

–Señor Krishna, ¿quién es su mejor devoto?

Quien lo preguntaba creía que era él, pues se se pasaba todo el día repitiendo: «*Hari Rama, Hari Krishna*» y pensando en Krishna.

Krishna contestó:

–Aquél muchacho que está allí en la carretera.

La persona que había preguntado fue a ver qué hacía el muchacho en la carretera. Al levantarse por la mañana decía: «Buenos días, Señor Krishna», y al irse a la cama por la noche, decía: «Buenas noches, Señor Krishna».

El hombre pensó: «Krishna dice que éste es su mejor devoto, ¿no lo entiendo?».

Así que volvió a ver a Krishna y le dijo:

–Señor Krishna, ¿por qué dice que esa persona es su mejor devoto? Yo canto su nombre todo el tiempo, y todo lo que él hace es decir: «Buenos días, buenas noches».

Entonces Krishna le dijo:

–Llena un vaso de agua.

El hombre lo hizo enseguida.

–Ahora, quiero que corras alrededor de la mesa lo más rápidamente que puedas, siete veces, sin derramar ni una gota de agua –ordenó Krishna.

–¡De acuerdo! –dijo el hombre, y echó a correr alrededor de la mesa. Cuando terminó, se acercó a Krishna y dijo:

–¡Ya lo he hecho!

Entonces, el Señor Krishna le preguntó:

–¿Cuántas veces has cantado mis alabanzas?

–Señor, estaba muy ocupado haciendo lo que me dijiste que hiciera –contestó el hombre.

–Ajá, ¿ves? –dijo Krishna–. Ese muchacho se levanta por la mañana, se va a dormir por la noche, y el resto del día está muy ocupado haciendo el trabajo de Krishna.

Sahaja: el estado natural

Sahaja es el estado natural. El estado natural es una vida de servicio y de entrega. Aquello a lo que apunta el término "iluminación" es el estado natural. La dualidad iluminada es el estado orgánico del ser. *Sahaja* representa una relación sencilla y natural con la vida.

En *Obscure Religious Cults*, Shashibhusan Das Gupta se refiere a *sahaja* como «la naturaleza del amor supremo»[10] y como «una intuición de la totalidad, la realidad única que impregna toda la diversidad».[11]

Georg Feuerstein dice que *sahaja-samadhi* equivale a "la liberación-en-vida", y que el yogui que vive en *sahaja-samadhi* «vive en ambos mundos (la dimensión de la existencia incualificada y la dimensión de la relatividad)».[12] Lee Lozowick describe *sahaja-samadhi* como «*satori* con los ojos abiertos, de tal manera que *satori* es todo momento y no sólo un rayo de claridad durante un retiro». *Sahaja* es la liberación en vida: allí donde todas las realidades se encuentran en la forma humana, en la tierra, viviendo el estado natural, absoluto, que es también la experiencia más desconocida por los seres humanos.

La cuestión que surge es: si *sahaja* es el estado natural, ¿qué es todo lo demás? Todo lo demás no es lo que parece ser, incluyendo la iluminación y las experiencias místicas. Todo lo demás es el juego del ego, la gran ilusión de la separación y las obras del karma que provocan el continuo sufrimiento humano. *Sahaja* es el estado de aquel que es verdaderamente humano, libre de los enredos de su propia ambición, su egoísmo, su odio y su confusión.

10. Shashibhusan Das Gupta. *Obscure Religious Cults*. Calcuta, India: Firma K.L. Mukhopadhyaym 1969, pág. 145.
11. Ibíd., pág. 83.
12. Georg Feuerstein en *Encyclopedic Dictionary of Yoga*, pág. 297.

Todo lo que no es *sahaja* es un estado alterado, una "experiencia" fuera del campo de la realidad ordinaria. Cuando corremos de un maestro a un seminario y de éste a una técnica fabulosa, lo que realmente andamos buscando es un estado alterado más agradable, cuando lo único que deberíamos buscar es el estado natural, libre de toda alteración, de todo amortiguador, de toda decepción, de toda manipulación. La iluminación es un estado no-alterado: consiste en vivir aquí y ahora, en la vida, tal como es.

Sahaja, el estado perfecto con el que todos soñamos, parece un estado "alterado" precisamente porque es diferente de todo lo que hemos conocido conscientemente. Quienes han gozado de él, aunque sea sólo por unos instantes, lo experimentan como algo muy diferente a la realidad que han conocido, pero también extrañamente familiar, adecuado y natural. Lo que hacen es reconocer su propia inocencia orgánica, la Realidad que se halla siempre presente por debajo de los muchos velos de ilusión. Quienes moran en *sahaja* dicen también que lo extraordinario pronto se convierte en ordinario. Puesto que es un estado natural (en realidad, el único estado natural), cuesta sólo un período de aclimatación experimentar *sahaja* como aquello que es ya siempre verdadero de uno mismo. Roshi Jakusho Kwong dice: «Se convierte en algo ordinario. Al comienzo es una gran experiencia, pero cuando se han tenido muchas experiencias así, se convierte en algo ordinario, cotidiano».

«Es muy difícil de entender –dice Ram Dass– que la libertad espiritual sea algo ordinario, nada especial, y que es ese carácter de ser ordinario lo que hace que sea tan preciosa.»[13]

Quienes proclamamos nuestro anhelo de iluminación a menudo anhelamos todo menos aquello que nos llenaría verdaderamente. Damos vueltas alrededor de nosotros mismos,

13. Ram Dass. *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Kairós, 1993.

tratando de morder nuestra propia cola, y nos quejamos de que no llegamos a ningún sitio, al mismo tiempo que evitamos la aniquilación necesaria para llegar al lugar adecuado. Nos agotamos en la búsqueda –lo cual es su verdadero propósito– hasta que vemos claramente el precio que hay que pagar por aquello que decimos desear tan intensamente. Una vez lo vemos, o lo pagamos o no lo hacemos.

El precio

El precio de aquello sobre lo que estamos hablando en este capítulo final, el precio de la posibilidad de lo interminable, de una expansión hacia la posibilidad absoluta más elevada que cabe a la existencia humana en esta tierra, el precio de la claridad, de la habilidad de ser amable, generoso, compasivo, un verdadero ser humano capaz de servir y amar, el precio de *sahaja* no es menos que "todo". Absolutamente todo.

La entrega que se exige es exactamente eso: el completo abandono de nuestra identidad, de todo lo que conocemos como verdadero acerca de nosotros mismos y de nuestro mundo, todos nuestros apegos emocionales. Todo ha de ser entregado, aunque luego se nos devuelva. Hay que arriesgar todo –dice Robert Hall–, incluso lo que uno piensa que es, o la mayor parte de lo que uno cree que es.» Ha de entregarse todo para tener la posibilidad de recibir el gran regalo, aunque ni siquiera ahí hay garantías.

Se paga con uno mismo. Mahatma Gandhi dice: «Dios exige nada menos que una entrega absoluta como precio de la única libertad que merece la pena tener».[14] Entregarse completamente uno mismo quiere decir que el individuo que uno

14. Mahatma Gandhi en Stanislav y Christina Grof. *El poder curativo de las crisis*. Barcelona: Kairós, 1993.

"sabe" ser no estará allí cuando llegue el gran premio. El premio es la libertad de las limitaciones del ego, pero el ego no puede estar ya allí para gozar de tal libertad. Ésta es la gran jugada de Dios: quien ha hecho el contrato para el viaje espiritual no puede completarlo, y no se puede entender esto hasta que le ha sucedido a uno mismo.

«Vivir en los estratos más simples de uno mismo –dice Llewellyn Vaughan-Lee– cuesta nada menos que todo. Para vivir la verdadera vida mística hay que aprender a vivir en un estado de tremenda vulnerabilidad, una vulnerabilidad que mucha gente no puede soportar.»

En *Práctica del camino interior: lo cotidiano como ejercicio*, Karlfried von Dürkheim escribe:

> Sólo en la medida en que el ser humano se expone una y otra vez a la aniquilación, puede surgir en su interior aquello que es indestructible. Aquí se halla la dignidad de la audacia... Sólo si nos aventuramos una y otra vez en zonas de aniquilación, puede nuestro contacto con el Ser divino, que se halla más allá de toda aniquilación, llegar a ser firme y estable. Cuanto más aprende un ser humano de manera incondicional a enfrentarse al mundo que le amenaza con el aislamiento, más se revelan las profundidades del Fundamento del Ser y más se abren las posibilidades de una nueva vida y un nuevo devenir.[15]

Todo el mundo quiere estar iluminado, pero nadie quiere pagar el precio. No se quiere pagar nada, mucho menos todo (excepto quizás una hora de meditación por la mañana y evitar uno o dos malos hábitos). De este modo, la gente vaga por el circuito espiritual durante veinte años, quejándose de haberse desilusionado, abandonando a maestros espirituales que pi-

15. Karlfried von Dürkheim. *Práctica del camino interior: lo cotidiano cómo ejercicio.* Bilbao: Mensajero, 1996.

den demasiado y dan demasiado poco, escribiendo acerca de su "antaño verdadera" aspiración a la realización, sin darse cuenta de que son ellos mismos los que no se dan. Georg Feuerstein escribe: «Los buscadores típicos llegan a la vida espiritual y al maestro espiritual con las manos abiertas, pero con un corazón cerrado, esperando que se les dé algo, sin dar nada (es decir, ellos mismos) a cambio».[16]

La otra gran jugada de Dios en las rebajas espirituales es que, una vez se recibe el gran regalo, uno no puede quedárselo para sí mismo. Para que seguir expandiéndose hacia posibilidades cada vez mayores, se está obligado a dar, dar y dar. Dar a la manera del *bodhisattva*, la manera de aquel que no puede aferrarse a nada porque sus manos están tan calientes y su corazón tan lleno que haría estallar en pedazos el regalo, si no lo entregase.

La verdadera vida espiritual consiste en dar, no en obtener. E.J. Gold hizo hincapié en este punto en una entrevista para la revista *Gnosis*:

> Están las escuelas a las que se llega diciendo: «¿Qué puedo conseguir?» o «¿Hasta qué punto esto es bueno para mí?». Mire, he realizado muchos cursos y talleres, calculo que debo haber tenido unas veinte mil personas a lo largo de los treinta y siete años de talleres. La mayoría de la gente preguntaba: «¿Qué va a ofrecerme esto?».
>
> Mi respuesta es siempre la misma: «Esto no es para usted; no es para su beneficio; no se espera que usted consiga algo de todo esto. Si lo hace, será muy afortunado, pues yo nunca tengo nada. Todo lo que usted hace es dar. Eso es todo. Simplemente da y da y da. Y el dar cuesta. Incluso tiene que pagar para dar. Y al final usted no tiene nada. Nada. Ahora bien, si eso le dice algo, su lugar está aquí.»[17]

16. Georg Feuerstein en *Holy Madness*, pág. 109.
17. E.J. Gold, «All That Glitters: An Interview with E.J. Gold & Co.», *Gnosis* 47 (primavera).

Éste es el precio del verdadero oro de la vida espiritual. Es una llamada que está lejos del individuo que busca la iluminación por poder, por reconocimiento o por liberarse de su propio sufrimiento. La verdadera vida espiritual no es nada de lo que fácilmente puede decirse. Es algo que quien va a la iglesia, a la sinagoga o incluso a retiros de meditación durante toda su vida puede no descubrir nunca en las páginas de los textos sagrados. Y de aquellos que se atreven a leerlo, la mayoría resultan tan turbados que evitan pensar en ello y rápidamente lo descartan o suponen –de forma errónea– que saben lo que significa, e igualmente lo descartan con rapidez. Están también aquellos que sí que tienen un sentido de lo que es la vida espiritual y, mediante la fuerza de su propia honestidad consigo mismos, admiten que no pueden soportar tanto, pero respetan a quienes están dispuestos a someterse a tal vida.

La iluminación no es lo que siempre había imaginado el ego. No es una cosa, no es nada de lo existente, es un término vacío empleado por quienes aspiran hacia algo más allá de lo ordinario, mientras que aquellos que verdaderamente se han liberado simplemente animan a otros a vivir profundamente, plenamente y con compasión en este momento. *Sahaja* es la realidad perfecta que constituye el derecho de nacimiento de todo el mundo, el único estado natural, la "perla de inapreciable valor" que cuesta nada menos que la propia vida. Ésta es la verdadera vida espiritual: la vida de total aniquilación y el retorno a la profundidad y majestuosidad de lo que es, tal como es.

BIBLIOGRAFÍA Y LECTURAS RECOMENDADAS

Aitken, Robert. *The Mind of Clover: Essays in Zen Buddhist Ethics*. Berkeley, California: North Point Press, 1984. [Versión en castellano: *Mente de trébol. Ética budista en la vida cotidiana.* México D. F.: Árbol, 1990.]

—. *A Zen Wave.* Nueva York: Weatherhill, 1978.

Anthony, Dick; Bruce Ecker y Ken Wilber. *Spiritual Choices: The Problems of Recognizing Authentic Paths to Inner Transformation.* Nueva York: Paragon House, 1987.

Beck, Charlotte Joko. *Everyday Zen: Love and Work.* San Francisco: Harper & Row, Perennial Library, 1989. [Versión en castellano: *El zen de cada día.* México D. F.: DEMAC, 1993.]

Blyth, R.H. *Zen and Zen Classics.* Nueva York: Vintage Books, 1978.

Buddhaghosa. *The Path of Purification.* Boston, Massachusetts: Shambhala, 1976.

Campbell, Joseph (ed.). *The Portable Jung.* Nueva York: Penguin Books, 1971.

Cohen, Andrew. *Autobiography of an Awakening.* Lenox, Massachusetts: Moksha Foundation, 1992.

—. *Enlightenment is a Secret.* Lenox, Massachusetts: Moksha Foundation, 1991.
—. *An Unconditional Relationship to Life.* Lenox, Massachusetts: Moksha Foundation, 1995.
Das Gupta, Shahibhusan. *Obscure Religious Cults.* Calcuta, India: Firma K.L. Mukhopadhyay, 1969.
Desjardins, Arnaud. *The Jump into Life.* Prescott, Arizona: Hohm Press, 1989. [Versión en castellano: *La audacia de vivir.* Vitoria: La Llave, 2001.]
—. *Toward the Fullness of Life.* Putney and Brattelboro, Vermont: Threshold Books, 1990.
Donkin, William. *The Wayfarers.* Maharashtra, India: Adi K. Irani, 1948.
Dürkheim, Karlfried Von. *The Way of Transformation.* Londres y Boston, Massachusetts: Mandala Books, 1980. [Versión en castellano: *Práctica del camino interior: lo cotidiano como ejercicio.* Bilbao: Mensajero, 1996.]
Feuerstein, Georg. *Encyclopedic Dictionary of Yoga.* Nueva York: Paragon House, 1990.
—. *Holy Madness.* Nueva York: Paragon House, 1990.
Glassman, Bernard y Rick Fields. *Instructions to the Cook: A Zen Master's Lesson in Living a Life that Matters.* Nueva York: Bell Power, 1996.
Gold, E.J. *The Joy of Sacrifice.* Prescott, Arizona: IDHHB, Inc. and Hohm Press, 1978.
Grof, Christina. *The Thrust for Wholeness.* San Francisco: Harper San Francisco, 1993. [Versión en castellano: *Sed de plenitud. Apego, adicción y el camino espiritual.* Madrid: los Libros del Comienzo, 1996.]
Grof, Stanislav y Christina. *Spiritual Emergency.* Los Ángeles: Jeremy P. Tarcher, 1989. [Versión en castellano: *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Kairós, 1993.]
—. *The Stormy Search for the Self* Los Ángeles: Jeremy P.

Tarcher, 1990. [Versión en castellano: *La tormentosa búsqueda del ser.* Barcelona: Liebre de Marzo,1995.]

Halifax, Joan. *Shaman: The Wounded Healer.* Nueva York: Crossroad, 1982.

—. *Shamanic Voices: a Survey of Visionary Narratives.* Nueva York, Dutton, 1979. [Versión en castellano: *Las voces del chamán. Una colección de narraciones visionarias.* México D. F.: Diana, 1995.]

Hixon, Lex. *Living Buddha Zen.* Nueva York: Larson Publications, 1995.

Jacobi, Jolande. *The Psychology of C.G. Jung.* New Haven, Connecticut y Londres: Yale University Press, 1973. [Versión en castellano: *La psicología de C.G. Jung.* Madrid: Espasa-Calpe, 1947.]

James, William. *Writings 1902-1910.* Nueva York: Literary Classics of the United States, 1987.

Jung, Carl Gustav. *Memories, Dreams, Reflections.* Nueva York: Vintage Books, 1961. [Versión en castellano: *Recuerdos, sueños y pensamientos.* Barcelona: Seix Barral, 1966.]

Kapleau, Roshi Philip. *Awakening to Zen: the Teachings of Roshi Philip Kapleau.* Nueva York: Scribner, 1997.

—. *The Three Pillars of Zen.* Nueva York: Doubleday, 1980. [Versión en castellano: *Los tres pilares del zen.* Madrid: Gaia, 1994.]

—. *Zen: Dawn in the West.* Nueva York: Doubleday, Anchor Press, 1978. [Versión en castellano: *El despertar del zen en Occidente.* Barcelona: Kairós, 1981.]

Keen, Sam. *To a Dancing God.* Nueva York: Harper and Row, 1970. [Versión en castellano: *El Dios de la danza.* Buenos Aires: Planeta Argentina, 1993.]

Kennet, Jiyu. *Selling Water by the River: A Manual of Zen Training.* Nueva York: Random House, Pantheon Books, 1972.

Koestler, Arthur. *The Lotus and the Robot.* Nueva York: The Mcmillan Company, 1961. [Versión parcial castellana incluida en: *En busca de lo absoluto.* Barcelona: Kairós, 1983.]

Kornfield, Jack. *A Path with Heart: A Guide through the Perils and Promises of Spiritual Life.* Nueva York: Bantam, 1993. [Versión en castellano: *Camino con corazón.* Barcelona: Liebre de Marzo, 1999.]

Kramer, Joel y Diane Alstad. *The Guru Papers: Masks of Authoritarian Power.* Berkeley, California: Frog, 1993.

Leadbeater, C.W. *The Chakras.* Wheaton, Illinois: The Theosophical Publishing House, 1927, 1985 (Fourth Quest Book). [Versión en castellano: *Los chakras.* Buenos Aires: Kier, 1944.]

Lozowick, Lee. *The Alchemy of Transformation.* Prescott, Arizona: Hohm Press, 1996. [Versión en castellano: *La alquimia de la transformación.* Madrid: Gaia, 1996.]

—. *Death of a Dishonest Man: Poems and Prayers to Yogi Ramsuratkumar.* Prescott, Arizona: Hohm Press, 1998.

—. *Hohm Sahaj Mandir Study Manual* (volúmenes I y II). Prescott, Arizona: Hohm Press, 1996.

—. *The Only Grace is Loving God.* Prescott, Arizona: Hohm Press, 1982.

Merton, Thomas. *Mystics and Zen Masters.* Nueva York: Farrar, Straus and Giroux, 1967. [Versión en castellano: *Místicos y maestros zen. Ensayos sobre misticismo oriental y occidental.* Buenos Aires: Lumen, 2000.]

Naranjo, Claudio. *Enneatypes in Psychotherapy.* Prescott, Arizona: Hohm Press, 1995.

—. *The Healing Journey.* Nueva York: Pantheon Books, 1974.

—. *Transformation through Insight.* Prescott, Arizona: Hohm Press, 1997.

Needleman, Jacob y George Baker (eds.). *Gurdjieff.* Nueva York: Continuum, 1996.

Ornstein, Robert. *The Psychology of Consciousness* (2ª ed.). Nueva York: Harcourt Brace Jovanovich, 1977. [Versión en castellano: *La psicología de la conciencia. Una exploración del comportamiento humano.* Madrid: EDAF, 1993.]

—. *The Roots of the Self: Unraveling the Mystery of Who We Are.* San Francisco: Harper San Francisco, 1993.

Peers, E. Allison (ed.). *Dark Night of the Soul: St. John of the Cross.* Nueva York, Doubleday: Images Books, 1959.

Pentland, John. *Exchanges Within.* Nueva York: The Continuum Publishing Company, 1997.

Purdom, C.B. *The God-Man.* Crescent Beach, S.C.: Sheriar Press, 1964.

Rawlison, Andrew. *The Book of Enlightened Masters.* Chicago, Illinois: Open Court, 1997.

Roberts, Bernadette. *The Experience of No-Self.* Boston, Massachusetts: Shambhala, 1982.

—. *The Path to No-Self.* Boston. Massachusetts: Shambhala, 1985.

—. *What Is Self?* Austin, Texas: Mary Botsford Goens, 1989.

Ropp, Robert De. *The Master Game: Pathways to Higher Consciousness beyond the Drug Experience.* Nueva York: Delacorte Press, 1968. [Versión en castellano: *El juego supremo.* México D. F.: Yug, 1976.]

Ross, Nancy Wilson. *The World of Zen.* Nueva York: Random House, 1960.

Sanella, Lee. *The Kundalini Experience.* Lower Lake, California: Integral Publishing, 1987.

Sayadaw, Mahasi. *The Progress of Insight: A Treatise on Buddhist Satipatthana Meditation.* Kandy, Ceilán: The Forest Hermitage, 1965.

Schachter-Shaloni, Zalman. *Fragments of a Future Scroll.* Germantown, Pensilvania: Leaves of Grass Press, Inc., 1975.

Schachter-Shaloni; Zalman y Ronald S. Miller. *From Age-ing to Sage-ing*. Nueva York, Warner Books, 1995.

Schwartz, Howard. *The Dream Assembly: Tales of Rabbi Zalman Schachter-Shalomi.* Nevada City, California: Gateways/IDDHB, 1989.

Schneider, David. *The Life and Work of Issan Dorsey.* Boston, Massachusetts: Shambhala Publications, 1993.

Svoboda, Robert. *Aghora.* Albuquerque, Nuevo México: Brotherhood of Lif Inc., 1986.

—. *Aghora II: Kundalini.* Albuquerque, Nuevo México: Brotherhood of Lif Inc., 1993.

—. *Aghora III: the Law of Karma.* Albuquerque, Nuevo México: Brotherhood of Lif Inc., 1997.

Tart, Charles. *Open Mind, Discriminating Mind.* San Francisco: Harper and Row, 1989.

—. *Transpersonal Psychologies*. Nueva York: Harper San Francisco, 1992. [Versión en castellano: *Psicologías transpersonales.* Barcelona: Paidós, 1994.]

—. *Waking Up: Overcoming the Obstacles to Human Potential.* Boston, Massachusetts: Shambhala, 1986. [Versión en castellano: *El despertar del "self".* Barcelona: Kairós, 1990.]

Trungpa, Chögyam. *Cutting through Spiritual Materialism.* Berkeley, California: Shambhala Publications, 1973. [Versión en castellano: *Más allá del materialismo espiritual.* Barcelona: Edhasa, 1985.]

—. *Journey without Goal.* Boulder, Colorado y Londres: Prajña Press, 1981.

—. *The Lion's Roar: An Introduction to Tantra.* Boston, Massachusetts: Shambhala, 1992.

—. *Meditation in Action*. Berkeley, California: Shambhala, 1970. [Versión en castellano: *Meditación en acción.* Madrid: EDAF, 1993.]

—. *The Path is the Goal*. Boston, Massachusetts: Shambhala, 1995. [Versión en castellano: *El camino es la meta: el*

curso de meditación del gran maestro tibetano. Barcelona: Oniro, 1998.]

Tweedie, Irina. *Daughter of Fire.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1986.

—. *Chasm of Fire.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1986.

Underhill, Evelyn. *Mysticism.* Londres: Lower & Brydone, 1967.

Vaughan-Lee, Llewellyn. *The Bond with the Beloved.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1993.

—. *The Face before I Was Born.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1998.

—. *The Paradoxes of Love.* Inverness, California: The Golden Sufi Center, 1996.

Wilber, Ken. *The Eye of Spirit: An Integral Vision for a World Gone Slightly Mad.* Boston: Shambhala, 1997. [Versión en castellano: *El ojo del espíritu. Una visión transpersonal para un mundo que está enloqueciendo poco a poco.* Barcelona: Kairós, 1998.]

—. *Eye to Eye: The Quest for the New Paradigm.* Boston: Shambhala, 1996. [Versión en castellano: *Los tres ojos del conocimiento. La búsqueda de un nuevo paradigma.* Barcelona: Kairós, 1991.]

—. *No Boundary.* Boston, Massachusetts: Shambhala, 1985. [Versión en castellano: *La conciencia sin fronteras.* Barcelona: Kairós, 1985.]

—. *The Spectrum of Consciousness.* Wheaton, Illinois: The Theosophical Publishing House, 1977. [Versión en castellano: *El espectro de la conciencia.* Barcelona: Kairós, 1990].

—. *Up from Eden: A Transpersonal View of Human Evolution.* Boston: Shambhala, 1983. [Versión en castellano: *Después del Edén. Una visión transpersonal del desarrollo humano.* Barcelona: Kairós, 1995.]

Wilber, Ken; Jack Engler y Daniel P. Brown. *Tranformations in Consciousness*. [Versión castellana únicamente de los artículos de K. Wilber: *Psicología integral.* Barcelona: Kairós, 1994.]

Wu, John. *The golden Age of Zen.* Nueva York: Doubleday, Image Books, 1996.

Yeshe, Lama Thubten. *The Tantric Path of Purification*. Boston: Wisdom Publications, 1995. [Versión en castellano: *El camino tántrico de purificación.* Novelda, Alicante: Ediciones Dharma, 1996.]

PARA MÁS INFORMACIÓN

Mariana Caplan dirige seminarios en Estados Unidos y en Europa. Estos seminarios se basan en sus libros. Trabaja también como consejera privada y consultora para escritores principiantes. Puede hallarse más información en www.realspirituality.com o escribiendo a su atención a la siguiente dirección: Hohm Press, Box 2501, Prescott, Arizona, 86302.

Otros libros de Mariana Caplan

To Touch is to Live: The Need for Genuine Affection in an Impersonal World.
Do You Need a Guru?: Understanding the Student-Teacher Relationship in an Age of False Prophets.
The Way of Failure: Winning Through Losing.
When Holidays Are Hell: A Guide to Surviving Family Gatherings.
When Sons and Daughters choose Alternative Lifestyles.

Sobre *A mitad de camino* se ha escrito:

«Un libro enormemente valioso y atinado, especialmente en las partes dedicadas a las cuestiones "candentes" de la autenticidad, el ego, la inflación y la corrupción de los maestros espirituales.»
LIBRARY JOURNAL

«El iluminador libro de Caplan cuestiona los motivos de los encantadores de serpientes de la era moderna en el terreno espiritual y urge a los buscadores a pagar el precio de viajar por el camino arduo hacia la verdadera iluminación.»
PUBLISHERS WEEKLY

«En la gran mezcla de la escena espiritual contemporánea, algunas personas están volviéndose más sabias y compasivas, y muchas otras están explotando a los demás, embarcadas en viajes ególatras, empeorando nuestro "oscurecimiento" y nuestro *samsara*...»
CHARLES TART

Efectivamente, *A mitad de camino* revela enérgica y valerosamente las graves distorsiones y fraudulentas aspiraciones al poder que contaminan la escena espiritual de nuestro tiempo. Docenas de entrevistas de primera mano con estudiantes, profesores y maestros espirituales, además de una amplia labor de investigación, son sintetizados aquí para asistir a los lectores a la hora de evitar los escollos de un camino peligroso.

Mariana Caplan es doctora en Filosofía, escritora, antropóloga y consejera. Ha estudiado y vivido en varias comunidades en Centroamérica, la India y Europa. Es autora de seis libros, incluidos *Do You Need a Guru: Understand the Student-Teacher Relationship in an Era of False Prophets*, *The Way of Failure: Winning Through Losing* y *To Touch is To Live: the Need for Genuine Affection in an Impersonal World*. Su página web es www.realspirituality.com.

Ilustración cubierta: © Age fotostock-Carol & Mike Werner

ISBN: 84- 7245- 564- 5

9 788472 455641

Sabiduría Perenne