

## El Yoga de las perspectivas primordiales

### El modelo integral

El modelo integral de Ken Wilber trata de incluir e integrar la mayor cantidad de verdades de distintas disciplinas y ramas del conocimiento como es posible. Desde el punto de vista de este modelo integral, una visión abarcante hoy en día debería incluir, al menos, los diferentes niveles de consciencia, tal como se manifiestan en lo individual y en lo colectivo, en lo subjetivo y en lo objetivo (los cuatro cuadrantes o las perspectivas de 1ª, 2ª y 3ª persona); las diferentes líneas o aspectos que se desarrollan a través de los distintos niveles en cada uno de los cuadrantes; los diferentes estados en cada cuadrante y los diferentes tipos dentro de cada nivel.

En definitiva el modelo integral trata de incluir las distintas aportaciones de la premodernidad, la modernidad y la postmodernidad, lo cual es posible porque hoy en día tenemos acceso al conocimiento de todas las culturas y tradiciones.

De la premodernidad tomamos la Gran Cadena del Ser, complementada por el conocimiento actual más detallado de los distintos estadios en cada una de las líneas que recorren esa Gran cadena, así como con la comprensión de la evolución y de los correlatos materiales de la consciencia. De la filosofía postmoderna tomamos la comprensión de tener en cuenta los marcos interpretativos, es decir los contextos culturales y sociales, o sea la comprensión de que la consciencia no solo es algo individual, también es algo moldeado social

y culturalmente.

Desde punto de vista espiritual la importancia del modelo integral es que nos da un mapa más detallado del samsara (la manifestación), que nos ayudará a trascenderlo más fácilmente encontrando el nirvana (la consciencia infinita sin forma). En el siguiente paso, el de la integración de samsara y nirvana, nos ayudará a que esa integración sea más abarcante y compasiva, pues estaremos teniendo en cuenta la mayor cantidad de aspectos posibles en nuestro abrazo. El asunto es que los elementos del modelo integral representan aspectos reales del Kosmos que si no tenemos en cuenta nos pueden influir o sabotear de forma inconsciente.

La "fase 5" del modelo de Ken Wilber o el modelo integral post-metafísico

Todo lo visto representa la fase 4 del trabajo de Wilber (para más detalles ver mis ponencias de años pasados: <http://207.44.196.94/~wilber/es/villar-es.html> y [http://207.44.196.94/~wilber/es/jornadas\\_I\\_2\\_villar.html](http://207.44.196.94/~wilber/es/jornadas_I_2_villar.html) ) y es ligeramente reinterpretado en lo que muchos llaman (también Wilber a veces) Wilber 5 o post-metafísica integral y su contrapartida práctica, el pluralismo metodológico integral. Este modelo trata de liberar a la visión espiritual de todo su bagaje premoderno (metafísico) para que pueda ser legítima y sobrevivir en el mundo moderno y post-moderno.

Así como el mito y el dogma son el material de la religión metafísica, la experiencia directa y la ciencia profunda son la base

de una espiritualidad post-metafísica. Gran parte de los filósofos perennes ya usaban métodos post-metafísicos, y por ello sus comprensiones son bastante validas. Pero muchas de sus interpretaciones eran metafísicas, porque aquel era el marco interpretativo disponible en aquel momento.

Por ejemplo, para las tradiciones espirituales el desarrollo espiritual consiste en re-descubrir niveles preexistentes que fueron creados durante la involución. Para la modernidad y, sobre todo, para la post-modernidad, nada es preexistente y, por lo tanto, redescubierto, todo es construido.

Lo que se requiere es una reconstrucción post-metafísica de las tradiciones espirituales, una forma de derivar los aspectos básicos de la visión espiritual- del satori o la salvación como una "vuelta a casa" a la existencia de niveles u olas de consciencia- pero sin postular realidades ontológicas preexistentes (que solo podríamos justificar mediante especulación metafísica). Si no podemos hacer eso, entonces la espiritualidad no tendrá respetabilidad intelectual en el mundo moderno y postmoderno.

La cosa es que en cualquier momento dado, los estados superiores están disponibles colectivamente, aunque lo estadios superiores no lo estén (no obstante, estos estadios superiores pueden ser forjados en formas particulares por individuos o sangas); pero cuantos más individuos entren en los estados superiores, se vuelven más fácilmente disponibles como estadios colectivos (o hábitos Cósmicos), estadios que parecen a priori pero son realmente a posteriori—esta es la esencia de la

explicación post-metafísica de los potenciales más elevados sin considerarlos como preexistentes. Así que los distintos niveles de consciencia serían algo plástico en gran medida, y la “Gran Cadena” es solo un vasto gradiente morfogenético de potenciales, y no un conjunto de niveles predeterminados a través de los cuales la humanidad debe pasar en su camino hacia la Realización. No obstante, una vez que un nivel de consciencia emerge en suficiente gente, entonces ese nivel se transforma en un patrón Cósmico para el desarrollo futuro, y se vuelve un nivel fijo a atravesar en el desarrollo.

La filosofía premoderna era metafísica (i.e. asumía sin problemas la existencia ontológica de varios planos, niveles y reinos de realidad trascendente); sin embargo la filosofía moderna es primariamente crítica ( investiga las estructuras del sujeto conocedor y pone en duda el estatus ontológico de los objetos del conocimiento), y así la modernidad trajo una actitud crítica muy saludable sobre este tema, (aunque se pasó en su celo crítico y muchas veces eliminó todos los objetos de conocimiento excepto los materiales). Como hemos mencionado, el problema de las tradiciones espirituales (y las aproximaciones metafísicas) es que tienden a tomar los niveles de consciencia como preexistentes, independientemente del preceptor de esos dominios. Pero la investigación moderna y post-moderna ha mostrado como los trasfondos culturales y las estructuras sociales moldean profundamente la percepción en todos los dominios. De esto no podía ser plenamente consciente la filosofía perenne por que no diferenciaba lo suficiente los cuatro

cuadrantes. Por todas estas razones, hablar de los niveles como realidades ontológicas independientes es muy problemático, y por ello Ken Wilber tiende a enfatizar las facetas epistemológicas de los niveles de consciencia sobre las meramente ontológicas.

El modelo post-metafísico solo admite que algunas cosas podrían ser preexistentes desde la involución, serían patrones realmente arquetípicos (o prototípicos) que podemos suponer razonablemente que existen desde antes del comienzo de la evolución, es decir, desde antes del Big Bang. Hay una forma mitológica que nos puede ayudar a expresar lo que no puede ser explicado conceptual o dualísticamente: cuando el Espíritu se “arroja a sí mismo hacia fuera” (a eso se le llama involución) para crear este universo particular deja vestigios y reverberaciones de esa expulsión Cósmica. Estos vestigios constituyen muy poco del contenido de las formas, las entidades y los niveles. Son más bien un enorme campo morfogenético que atrae gentilmente (Ágape) hacia niveles más amplios y profundos, una atracción que se manifiesta como Eros en todos los holones. (así que Ágape es el Espíritu tirando de todos los holones hacia sí, lo que produce Eros, o el impulso de todas las cosas hacia el Espíritu, por lo tanto son la dos caras del mismo impulso). Todas las cosas son Espíritu jugando a ser Otro. Por ello en todas las cosas está Eros, el impulso de encontrar el Espíritu. En el plano relativo eso se manifiesta como la tendencia a alcanzar niveles más profundos, diferenciados y abarcantes. Los holones tratan de buscar en el tiempo lo que al final solo puede encontrarse más allá del tiempo. Sí todos los holones

tienden hacia el Espíritu, el Espíritu también desciende hacia lo holones, y a eso se le llama Ágape. Además de Ágape y Eros, ¿hay más cosas preexistentes desde la involución? Podemos suponer que hay otras:

– Un gradiente morfogenético en el reino manifiesto. Esto se refiere a la curvatura del espacio/tiempo a través de todas las formas posibles de la matriz AQAL: Eros opera a través de un gradiente de creciente inclusividad. Este gradiente (torpemente expresado por las tradiciones premodernas como una serie de niveles y planos preexistentes que van de la material al Espíritu, la “gran cadena del Ser”) representa una inclinación del universo hacia Dios. La involución crearía, no una serie de niveles prefijados, si no un enorme campo morfogenético de potenciales, definidos no por sus contenidos y formas prefijados si no por su posición relativa en el deslizante campo.

– Ciertas formas o patrones prototípicos. Por ejemplo, muchos físicos postulan que ciertas leyes físico-matemáticas como preexistentes, pues ya actuaron en el mismo momento del Big Bang. Ken Wilber propone que los 20 principios que siguen todos los holones son la formas residuales del Gran Sueño, ecos del Gran Olvido que puso esta ronda en movimiento, formas involucionarias que fueron tatuadas en la piel traslucida del radiante Kosmos en su puesta en marcha.

Debemos ser muy cuidadosos de no confundir las cosas existentes a priori porque han emergido en la evolución- que no son pre-existentes eternamente, si no creadas por la historia temporal, caótica y evolutiva y legadas al futuro como hábitos que entonces son existentes a priori en un sentido

temporal- y las cosas existentes a priori desde la involución, que son lo que debes tener antes de poder tener cualquier otra cosa, y, por lo tanto, parecen existir desde o antes del Big Bang.

Como vemos en la versión metafísica en la involución el Espíritu ya deja casi completamente fijadas las reglas del juego de la evolución. La visión post-metafísica del Espíritu ve el asunto de forma más creativa: ciertas reglas de juego muy básicas son creadas al principio, el resto va surgiendo creativamente en la evolución.

(Paréntesis: los 20 principios holónicos

Los 20 principios son simplemente algunas de las tendencias de los sistemas en evolución donde quiera que los encontremos; son «patrones kosmicos». No hay nada sacrosanto acerca del número «20». Algunos de estos son simplemente definiciones, otros son tendencias reales. El principio 2 tiene realmente 4; el 12 tiene 5 (son 19); hay 3 adiciones (22); pero al menos dos principios son simples definiciones (e.g. 7, 9), lo que da a cerca de 20. Pero el lector interesado puede probablemente encontrar más que añadir (o eliminar)...

1.- la realidad como un todo no está compuesta de cosas o procesos, sino

por holones (totalidades que son partes de otras totalidades; e.g los átomos son partes de moléculas, que son partes de células, que son partes de organismos, etc.).

2.- los holones muestran cuatro capacidades fundamentales:

autopreservación (individualidad),  
autoadaptación (comuni3n),  
autotrascendencia (eros) y autoinmanencia  
(agape).

3.- los holones emergen.

4.- los holones emergen hol3rquicamente.

5.- cada hol3n emergente trasciende pero  
incluye a sus predecesores.

6.- lo inferior establece las posibilidades  
de lo superior; lo superior

establece las probabilidades de lo  
inferior.

7.- el n3mero de niveles que comprende una  
jerarquía determina si esta

es «superficial» o «profunda» y el n3mero  
de holones en un nivel dado

le llamaremos su «extensi3n».

8.- cada nivel sucesivo de la evoluci3n  
produce mayor profundidad y

menor extensi3n.

Adici3n 1: cu3nto mayor es la profundidad  
de un hol3n, mayor es su grado de  
consciencia

9.- destruye un hol3n de cualquier tipo y  
habr3s destruido todos sus

holones superiores y ninguno de los  
inferiores.

10.- la holarquías coevolucianan.

11.- lo micro est3 en una relaci3n de



intercambio con lo macro en todos  
los niveles de su profundidad.

12.- la evolución es direccional.

- A. Mayor complejidad
- B. Mayor diferenciación/integración
- C. Mayor organización/estructuración
- D. Mayor autonomía relativa
- E. Mayor telos

Adición 2.- todo holon emite un  
IOI(incompleto o incierto) al kosmos.

Adición 3,. Todos los IOIs se saldan en el  
vacío

Fin paréntesis sobre 20 principios  
holónicos)

El pluralismo metodológico integral

Es el paradigma asociado a la metateoría  
integral. Trata de integrar la distintas  
metodologías que sirven para investigar  
cada uno de los cuadrantes, es decir, las  
formas de investigación que sirven para  
poner de relieve aspectos de alguno de los  
cuadrantes. Se constituye así todo un  
sistema operativo integral (SOI) que  
combina específicamente todos los modos de  
investigación puestos a punto hasta el  
momento (por ejemplo: empirismo,  
fenomenología, hermenéutica, teoría de  
sistemas,...) con el fin de producir una  
aproximación al Kosmos lo más abarcante  
posible, es decir que tenga en cuenta

tantos aspectos como sea posible y que evite ignorar alguna dimensión. Se incluyen todas estas metodologías y disciplinas integrándolas en un marco integral, trascendiendo sus parcialidades, absolutismos y prácticas excluyentes.

Por seguir con la metáfora informática cualquier cerebro operando con el SOI escanea automáticamente todos los fenómenos- interiores y exteriores- buscando cuadrantes, niveles, líneas, estados o tipos que no están siendo tenidos en cuenta. Entonces el SOI actúa para corregir este desequilibrio y ayuda a mover al sistema a una posición más inclusiva e integral.

El SOI, el paradigma integral, es un conjunto de prácticas, no de teorías. Las teorías mapean el territorio, los paradigmas lo descubren en primer lugar. La palabra "integral", indica que el pluralismo no es un mero eclecticismo donde tomamos una serie de paradigmas sin relación, si no un metaparadigma que teje todas sus hebras en un tejido integral. Pero sobre todo es metodológico, un paradigma real o conjunto de prácticas y experimentos que descubren el territorio, no meramente un nuevo mapa holístico sin territorio.

El pluralismo metodológico integral tiene dos aspectos uno paradigmático y otro el metaparadigmático. El aspecto paradigmático hace referencia a los distintos paradigmas integrados. Sobre ellos actúa el aspecto metaparadigmático, relacionando deliberadamente esos paradigmas, por ejemplo, siguiendo el mismo fenómeno simultáneamente en distintos cuadrantes. Estas practica metaparadigmáticas descubren

relaciones integrales u holónicas que ya eran operativas pero no visibles para la consciencia no integral.

Principios integradores que dan lugar al Pluralismo Metodológico Integral

La esencia de la Metateoría integral: “ todos tienen razón”

En general los distintos paradigmas proporcionan datos o experiencias reales en determinadas parcelas del Kosmos. Tener esto en consideración nos lleva a honrar incluir e integrar los paradigmas y metodologías fundamentales de todas las formas de investigación humana (tradicional, moderna y postmoderna).

El modelo integral (AQAL) es una metateoría que trata de integrar la mayor cantidad de material proveniente del pluralismo metodológico integral, honrando el primer requisito de un abrazo integral: “todos tienen razón”. No se trata de decir que paradigma está bien y cual no, si no de tratar de explicar qué tipo de Kosmos permite que todos esos paradigmas hayan aparecido.

Primer principio: No Exclusión

Una cosa es decir “todos tienen razón” y otra, muy distinta, es ser capaz de integrar de forma coherente paradigmas que, en algunos casos, parecen contradictorios. Parece haber, al menos, tres principios integrativos que pueden sernos útiles en esta empresa- es decir, principios que nos puede ayudar a incorporar el mayor número de verdades del mayor número de fuentes.

El primer principio integrativo útil es la

no exclusión. Esto significa que podemos aceptar las distintas verdades validas (es decir, verdades que superan las pruebas de validez de sus propios paradigmas en sus propios campos, sea en la hermenéutica, la ciencia, la espiritualidad, etc.) siempre y cuando hagan declaraciones sobre la existencia acerca de los fenómenos que descubren y no cuando hablan sobre la existencia de fenómenos descubiertos por otros paradigmas. O sea, un paradigma puede juzgar competentemente en su propio espacio del mundo, pero no en otros espacios descubiertos, y sólo vistos, por otros paradigmas. Así que un paradigma no puede ser usado para negar, excluir, oprimir o colonizar violentamente otros paradigmas, otros campos, datos de otros dominios, otras experiencias experimentales. En definitiva, un paradigma no puede ser utilizado para excluir otros paradigmas legítimos.

Así se liberan los paradigmas limitándolos, lo que quiere decir que, desde un punto de vista integral, los límites ya existentes de un paradigma particular se vuelven evidentes, y así, cuando un paradigma opera dentro de sus límites, las conclusiones de ese paradigma son más creíbles, mientras que no lo son las que se refieren a parcelas dentro de sus límites. Parte del problema de los distintos paradigmas individuales y los campos que crecen a su alrededor es que esos paradigmas pretenden cubrir la totalidad de la realidad, y cuando fallan en esa empresa, la totalidad del paradigma es puesto en tela de juicio o rechazado, cuando todo lo que se necesita rechazar es su pretensión de exclusividad.

Segundo principio: Despliegue

Cuando se trata de no excluir a ningún paradigma, varios de ellos pueden entrar en conflicto. Este segundo principio puede ayudar a evitar esto.

La naturaleza holónica u holárquica del fluir de la existencia- donde cada momento o cada verdad es trascendido e incluido por el siguiente momento o por otra verdad más amplia- se resume en el principio del despliegue. Este principio sugiere que los paradigmas, como todos los momentos, son en sí mismos verdaderos y adecuados; pero algunos paradigmas pueden ser más abarcentes, inclusivos y holísticos que otros. Esto no hace que los paradigmas estén equivocados, simplemente son validos aunque parciales.

Así que todos pueden e razón porque unas visiones tienen más razón que otras. Ninguna está totalmente equivocada; simplemente algunas son más inclusivas, abarcentes, holísiticas, trascienden e incluyen más cosas. Pero que las moléculas sean más inclusivas que los átomos no significa que nos podamos librar de los átomos, o que los átomos pueden ser negados. Ser una verdad parcial es todavía ser una verdad.

La metateoría AQAL maneja esto de la siguiente forma: específica el lugar concreto de la matriz AQAL desde el que un paradigma legítimo se aplica, y los fenómenos que ese paradigma pone en evidencia son tan ciertos como pueden serlo en esas coordenadas de la matriz AQAL. Así se pueden integrar varios paradigmas próximos, siendo cada uno reconocido y apreciado como valido en su parcela concreta del Kosmos.

El principio integrativo del despliegue nos permite reconocer las muchas verdades parciales en cualquier proceso que se desarrolla y se despliega. Nótese bien que este principio no se aplica entre distintas corrientes: es decir, no puede usarse para violar el principio de no exclusión. Solo se aplica a fenómenos en la misma corriente general o paradimática.

Tercer principio: Enacción

Los fenómenos no están simplemente ahí fuera esperando ser vistos. A eso se le llama "el mito de lo dado". Los fenómenos son co-creados, traídos a la existencia, puestos de manifiesto, iluminados por una serie de experimentos, paradigmas o practicas sociales ("si quieres saber esto, haz esto"). Todos los paradigmas y experimentos son realizados por un sujeto (o grupo de sujetos), y todos los sujetos tiene disponibles diferentes estados de consciencia. Por ello cada estado pone de manifiesto un mundo diferente. Ese es exactamente el principio de la enacción: la subjetividad pone de manifiesto un mundo fenomenológico en el acto de conocer ese mundo.

Los sujetos no perciben mundos, si no que los co-crean. Diferentes estados en los sujetos ponen de manifiesto mundos diferentes. Para la teoría AQAL, esto significa que los fenómenos puestos de manifiesto por los diversos tipos de investigación humana serán diferentes dependiendo de los cuadrantes, niveles, líneas estados y tipos de los sujetos poniendo de manifiesto el fenómeno. Un sujeto en un nivel de consciencia no co-creará y pondrá de manifiesto el mismo espacio del mundo que un sujeto en otro

nivel; y lo mismo par cuadrantes, líneas, estados y tipos.

Esto no significa que los fenómenos no estén ahí de forma objetiva; significa que no están ahí para todo el mundo. MacBeth existe, pero no para mi perro. Las Células con ADN existen, pero solo pueden ser vistas por sujetos usando microscopio. El nirvana existe, pero no para un nivel de consciencia dualista, etc. Los fenómenos existen, se ponen de manifiesto solo para sujetos que pueden co-crearlos, ponerlos de manifiesto.

Esto nos permite integrar paradigmas aparente inconmensurables. No nos centramos en los fenómenos, si no en las practicas que los ponen de manifiesto. Esas practicas vienen de diversos lugares en la matriz AQAL. Si el principio del despliegue nos permitía comparar paradigmas de la misma línea, este principio nos permite comparar paradigmas de distintas líneas. Individuos que hayan puesto de manifiesto los fenómenos de distintos paradigmas, pueden compararlos. Así, por ejemplo se puede comparar la física y el misticismo, y llegar a la conclusión de que ambos tratan con dominios reales, en distintas parcelas de la matriz AQAL..

Estos tres principios- no exclusión, despliegue y enacción- son tenidos en cuenta para responder al hecho de que numerosos paradigmas diferentes son ya practicados competentemente en todo el mundo; por lo tanto la pregunta no es cual es correcto y cual está equivocado, si no como es posible que todos ellos estén surgiendo en el Kosmos. Estos tres principios tienen que estar operando ya en el universo para que todos estos paradigmas

puedan estar surgiendo.

Siguiendo estos tres principios, el pluralismo metodológico integral integra paradigmas que ponen de manifiesto fenómenos en cada uno de los cuadrantes. Algunos ejemplos: la fenomenología y la introspección iluminan, ponen de manifiesto aspectos de la primera persona del singular (cuadrante superior izquierdo); la hermenéutica y la investigación colaborativa ponen de manifiesto aspectos de la primera y segunda persona del plural (intersubjetividad, cuadrante inferior izquierdo); el empiricismo y el conductismo ponen de manifiesto aspectos de la tercera persona del singular (cuadrante superior derecho); el funcionalismo y la teoría de sistemas ponen de manifiesto la tercera persona del plural (interobjetividad, cuadrante inferior derecho). Por supuesto, hay muchos otros modos de investigación importantes, pero esos son algunos de los más significativos históricamente, y que ciertamente cualquier pluralismo metodológico integral querría integrar.

### El Yoga de las perspectivas primordiales

Cada cuadrante puede ser visto desde el interior o desde el exterior, dando lugar a las 8 perspectivas primordiales disponibles para cada holón. No vamos a entrar aquí a describir esas 8 perspectivas, los interesados pueden consultar el extracto C del volumen 2 de la trilogía del Kosmos. Lejos de ser algún tipo de sistematización abstracta, estas 8 perspectivas resultan ser los espacios fenomenológicos desde los que se han creado las formas más



importantes de investigación humana.

El universo manifiesto está compuesto de holones, y como todos los holones son seres sintientes, estas dimensiones o perspectivas de ser-en-el-mundo acompañan a los holones donde quiera que aparezcan- de los átomos a las hormigas a los primates- no necesariamente como perspectivas autorreflexivas, sino como dimensiones de su propio ser-en-el-mundo. En otras palabras, estas perspectivas están en todos los seres sintientes. ( Por supuesto, si uno no está cómodo extendiendo la consciencia hasta los niveles más superficiales- como los átomos- puede sentirse libre de situar la aparición de cualquier tipo de experiencia o proto-experiencia en cualquier punto (y entonces puedes suponer a los holones más superficiales como “precursores” de la experiencia y de la consciencia) . Presumiblemente cuando llegamos a los humanos, las perspectivas primordiales de la primera, segunda y tercera persona han aparecido, y puedes empezar desde ahí).

Si vemos el Kosmos como compuesto primariamente de seres sintientes- y no compuesto de sistemas, procesos, redes, información, materia, energía, etc.- entonces tenemos un Kosmos compuesto de perspectivas- y no sentimientos, consciencia, percepciones, etc. Si los quarks tienen algún tipo de interioridad un quark es una primera persona. Y cualquier cosa que ese quark registre no es otra partícula, sino una segunda persona.

Cada ser sintiente (u holón individual) registra otros seres sintientes (u holones individuales) a su propia manera experiencial o protoexperiencial.- pero

ninguno de ellos puede registrar su existencia de otra forma que no sea una perspectiva. Nunca hay un sujeto que ve un objeto. No hay una percepción donde una entidad ve otra, porque eso es ya una perspectiva de una primera persona hacia una segunda o una tercera persona. Así, no hay espacio real que no sea siempre ya un espacio-surgiendo-como-una perspectiva. Decir que los cuatro cuadrantes aparecen simultáneamente es decir que las dimensiones ontológicas y las perspectivas epistemológicas son una y la misma cosa, por eso se las puede llamar dimensiones-perspectivas. Es decir, la primera, la segunda y la tercera persona siempre aparecen en escena juntas.

¿Hay alguna percepción que no sea una perspectiva?. Probablemente sí, y tiene que ver con el nirvikalpa o la consciencia sin forma (o puro vacío- la consciencia sin objeto, por lo tanto sin perspectiva). El samsara (el mundo de la forma) está compuesto de perspectivas, y el nirvana (o el Vacío) es percepción pura sin objeto o perspectiva. La unión del Vacío y la Forma es, por tanto, la unión de percepción y perspectiva, donde en mi percepción pura soy uno con todo lo que emerge (aunque se exprese a través de mi perspectiva particular, con la que ya no estoy identificado). Encontrar el Vacío es una libertad de todas las perspectivas (un nirvana libre de samsara); unirlo a la forma es encontrar la Plenitud de perspectivas que es la única que puede expresar esa Libertad (la no dualidad de samsara y nirvana). La Sabiduría es trascender las perspectivas la Compasión abrazarlas a todas.

Pero el camino que lleva a encontrar esa Percepción allende las perspectivas suele pasar por ampliar las perspectivas al máximo. Cada holón es una apertura en la que se dan esas tres perspectivas. Cada holón más profundo es una apertura mayor en la que esas perspectivas pueden ser más amplias.

El modelo integral, el SOI, al explicitar las distintas perspectivas tiende a hacer nuestra apertura más amplia ayudándonos a ir alcanzando la profundidad infinita que potencialmente nos pertenece. Así, si ampliamos al máximo la primera persona, eso nos llevará al Yo, al Testigo puro que observa inafectado el despliegue impersonal del Kosmos (la tercera persona llevada al límite). La segunda persona llevada a su máxima amplitud es el alma humana en sobrecogedora comunicación con lo divino. Pero incluso antes del infinito, que nuestra apertura sea más amplia, integrando más perspectivas, nos va a dar un enfoque más compasivo, eficaz y abarcante de cualquier asunto. En estas jornadas veremos como el modelo integral puede iluminar distinto asuntos. Manuel Márquez nos hablara de las crisis y su importancia en la transformación; Maribel Rodríguez de las relaciones de pareja; Ralph Pochadt de la empresa y los negocios; Stuart McNichols de la educación; Raquel Torrent de la practica transformativa integral (una de las aplicaciones particulares del pluralismo metodológico integral); etc.

Y cuando nuestra apertura sea lo suficientemente amplia quizás comencemos a entrever esa Percepción que trasciende toda perspectiva; ese silencio profundo de nuestro Corazón (que es el Corazón del

Kosmos), y de eso nos hablarán Alfonso Colodrón y David González.

Alejandro Villar

Ponencia de Alejandro Villar en el marco de las III Jornadas Integrales. Mayo de 2005.

---

Para más información sobre Wilber-5 o el modelo post-metafísico integral pueden

consultarse los siguientes textos (en inglés):

<http://wilber.shambhala.com/html/misc/habermas/index.cfm/>

Volumen 2 de la trilogía del Kosmos:

<http://wilber.shambhala.com/html/books/kosmos/index.cfm/>

E-mail del autor: [trasgu@hotmail.com](mailto:trasgu@hotmail.com)

---

---

## Himno a la Creación

Rigveda, X, 129

Entonces el Ser no existía,  
ni tampoco existía el no-Ser.

No existía el espacio etéreo  
ni la bóveda celeste más allá.

¿Había algo en movimiento?

¿Dónde? ¿Bajo la protección de quién?

¿Existía el agua, ese abismo profundo e  
insondable?

No existía la muerte,

ni existía la inmortalidad,

ni signo que distinguiera a la noche del  
día.

Sólo el Uno respiraba, sin aire, por su  
propia fuerza.

Aparte de él no existía cosa alguna.

En el comienzo sólo había

tinieblas envuelta en tinieblas.

Todo era agua indiferenciada.

Principio de devenir rodeado por el vacío,

surgió el Uno surgió,

por el poder de su propio fuego.

En el comienzo brotó en él el deseo,  
que fue la primera semilla de la mente.

Buscando en sus corazones, mediante su  
sabiduría

los sabios hallaron el vínculo

que une al Ser con el no-Ser.

Extendieron transversalmente su cordel.

¿Existía un abajo? ¿Existía un arriba?

¿Existían fecundadores, existían energías?

Abajo se hallaba la fuerza; arriba, el  
impulso.

¿Quién sabe la verdad?

¿Quién puede decirnos dónde surgió esta  
creación?

Los dioses nacieron después, con la  
creación del universo.

¿Quién puede saber, pues, de dónde surgió?

Aquel, que es su guardián en el cielo,

fuera él o no su hacedor,

sólo aquel sabe de dónde surgió esta  
creación.

O quizá ni siquiera él lo sabe.

- El Instituto de Indología –fundado en 1995– es una asociación sin ánimo de lucro integrada por profesionales de distintos ámbitos a los que nos une el amor a la India y el deseo de darla a conocer.
- 
- 

## La rendición del ego

A esta entidad que llamamos ego, que en otros contextos podemos identificar, aunque con matices, como personalidad, carácter o yo (en minúscula), en la tradición se le ha identificado como el rey impostor que usurpa el reino que no le corresponde.

En realidad este rey falso es un administrador de bienes inmuebles del reino, un jefe de personal que controla los vínculos sociales a los que está adscrito, un economista que lleva rigurosamente un listado de deudores, un vendedor de grandes ideas, un perfeccionista de la etiqueta social, un gourmet de la buena vida, un rebelde enfrentado permanentemente al sistema, y hasta abarcar un sinfín de funciones pues el ego quiere llevar el control de todo lo que ocurre en el reino aunque esta tarea mastodóntica sea en realidad imposible.

Una manera que tiene el ego de justificar su posición de dominio es crear enemigos externos (también internos) temibles y omnipotentes que den la ilusión de que es necesario estar en pie de guerra con una

economía de medios excesiva. Hay que luchar contra la carencia, la soledad, la pobreza, la inseguridad, el fracaso, la enfermedad, la mediocridad y la locura, de tal manera que la guerra no acaba nunca. Y claro ahí están los soportes adecuados que son tu pareja, tu jefe, tus suegros, tu vecino, el político de turno, el equipo contrario, el extranjero, el que está en una secta que encienden la animadversión, un fuego de resentimiento interno que no acaba nunca. Todos son detestables o ignorantes, o ineptos, o groseros o don nadie.



La estrategia de guerra permanente del ego en contra de todo lo que le amenaza (que es mucho) genera un nivel de estrés que mina silenciosamente nuestra salud tanto física como mental pero claro, estamos en guerra y se aceptan bajas en el propio ejército como mal menor de todo lo que nos podría pasar.

Otra estrategia que tiene el ego para permanecer en el poder es la de empequeñecer al otro para así hacerse más grande (y poderoso). Si el otro es el malo queda claro que yo soy el bueno, y si es indecente yo mostraré como quien no quiere la cosa mi cara de persona decente sin tacha alguna. Fácilmente el ego reparte las cartas trucadas y muchos son los que se llevan los personajes de corruptos, mentirosos, perversos, feos, idiotas, ineptos, pobretones infieles, etc mientras nosotros tenemos bajo las mangas las cartas marcadas.

Parece que el ego está poseído por un complejo omnipotente en el que no suele reconocer los límites reales, donde se cuenta la historia a su manera fruto de un



autoengaño y evita la certeza de su propia muerte. El ego se inventa a sí mismo, se culpa cuando las cosas no van bien o bien acusa a los demás para lavar esa misma culpa. Suele contar un poco más o un poco menos de lo que pasó y lleva escrupulosamente dos caras de la misma manera que se tienen dos vajillas, una para los días de fiesta impecable y otra más ruinoso para el día a día. Con la estrategia de la victimización aprovecha para descargar en otros la propia responsabilidad y para llamar la atención aunque sea a través de la queja.

Lo que el ego no atina a darse cuenta es que el baile de máscaras no produce ningún movimiento de plena satisfacción. Estar tan pendiente de que los demás te consideren importante no produce una verdadera transformación. Que los demás piensen que eres una bella persona no te convierte automáticamente en esa bella persona a menos que haya un trabajo interior de por medio.

En realidad el ego es coraza y arma como la imagen que tenemos de los contendientes de la Edad Media, está lleno de mecanismos de defensas y de estrategias de dominación, y qué curioso, con tanta defensa y ataque la misma vida pasa desapercibida, el gran don de la creación no es saboreado en todo su esplendor. Sabemos poner etiquetas a todo lo que vemos porque nos da seguridad pero la etiqueta río no es realmente el río, tenemos ideas de lo que es un árbol y un bosque pero desconocemos su esencia. Tenemos la foto del planeta en nuestra habitación pero no hemos cruzado la puerta de la sacralidad que nos conecta con la vida. En realidad no sabemos quién hay

detrás de la etiqueta jefe, inmigrante o vecino.

La rendición del ego no puede sobrevenir a menos que veamos la esterilidad del juego de imágenes a la que estamos acostumbrados, no habrá trascendencia a menos que cuestionemos un buen saco de costumbres, creencias y supersticiones inoculadas desde bien pequeños acerca de como son las cosas, la moral que hay que seguir, lo que consideramos realmente importante.

No nos queda otra que ponernos cabeza abajo, símbolo del que quiere ver las cosas del revés, es decir, producir un cambio de perspectiva, mejor dicho, de perspectivas porque la posibilidad de contemplar la globalidad desde muchos rincones sin perder el detalle presente nos da libertad, de la buena, no la libertad que proclama el ego que no es más que otra etiqueta de la propia grandilocuencia.

Julián Peragón

---

---

## El Yoga: esencia y formas

### 1. ¿Qué es el yoga?

En sentido amplio, el término yoga designa en el hinduismo cualquier camino que lleve a la liberación. En sentido estricto,

designa aquellos caminos –como el raja yoga y los yogas tántricos– que pretenden lograr este objetivo mediante el control de la mente.

La liberación (moksha) es el paso de una situación deficiente, la existencia cíclica (samsâra), caracterizada por el sufrimiento, a una situación de plenitud vital y felicidad. Según las tradiciones yóguicas, el sufrimiento procede del apego o deseo compulsivo, y éste surge de la ignorancia de nuestra naturaleza divina o perfecta. Al creer que somos seres imperfectos, nos apegamos a objetos externos y sufrimos cuando nuestros deseos no se ven satisfechos. El conocimiento de nuestra verdadera naturaleza provoca desapego y, en consecuencia, paz mental y libertad.

Hay muchos yogas distintos. En los apartados siguientes esbozamos brevemente los más importantes.

## 2. El yoga del conocimiento (jñâna yoga)

El yoga del conocimiento es el camino propuesto, entre otros, por las upanishad (textos finales de los vedas, de los siglos vi-iii a.C.) y escuelas como el advaita vedânta. Parte de la idea de que sólo existe una Realidad Absoluta, el brahman, que es infinito, eterno, indivisible, etc., y que todo este universo es una manifestación o apariencia de él. Por tanto, el verdadero ser (âtman) de cada uno de nosotros –y de todas las cosas– no es la persona limitada que creemos ser, sino ese brahman perfecto. Todo es, pues, divino.

La práctica del jñâna yoga consiste en escuchar o leer enseñanzas sobre el âtman-

brahman, reflexionar y meditar sobre ellas hasta alcanzar la experiencia directa, mística, de la unidad de todo en lo Absoluto y de la identidad de uno mismo con el brahman. Esta sabiduría hace que el apego desaparezca y convierte al que la posee en una persona completamente libre.

### 3. El yoga del autocontrol (râja yoga)

El yoga del autocontrol o de la concentración de la mente ya estaba presente en las upanishad, pero fue sistematizado en el llamado «yoga clásico» o «yoga regio» (râja yoga), recogido en los Yogasûtras (Aforismos sobre el yoga, c. siglo II d.C.), atribuidos al sabio Patâñjali.

Según la filosofía del yoga clásico, existen dos clases de realidades: 1) la Naturaleza material, que comprende todos los fenómenos físicos y mentales, y 2) un número indefinido de almas espirituales. Cada uno de nosotros es, en esencia, un alma; pero creemos que somos el limitado organismo psicofísico individual, y por eso sufrimos. La liberación se logra al descubrir nuestra naturaleza espiritual y desapegarnos, en consecuencia, de lo material.

Lo más característico del râja yoga es que sistematiza un amplio abanico de prácticas morales, ascéticas y místicas en ocho etapas sucesivas que buscan el control gradual de la mente. Éstas son las etapas:

1) Normas morales: No violencia, veracidad, no robar, castidad, no recibir.

2) Disciplinas preparatorias: Pureza, contento, mortificación, estudio y devoción

al Señor.

3) Postura de meditación.

4) Control de la respiración.

5) Abstracción sensorial.

6) Concentración.

7) Meditación.

8) Absorción.

En la absorción más elevada de la mente en el objeto de meditación, el yoguin (practicante de yoga) percibe la diferencia entre su verdadero ser espiritual y el mundo de la Naturaleza. Cuando este discernimiento se vuelve espontáneo, el yoguin trasciende todos los condicionamientos y alcanza la liberación.

Como hemos visto, la filosofía del yoga clásico es dualista; pero a menudo se han practicado las ocho etapas del rāja yoga prescindiendo de su filosofía o adaptándola a otras filosofías no dualistas, como la del vedānta, o teístas, como las de los yogas devocionales que esbozamos a continuación.

#### 4. El yoga de la devoción (bhakti yoga)

El yoga de la devoción también se inició en las upanishad; pero el primer texto que lo desarrolla plenamente es la Bhāgavad Gītā (c. siglo ii a.C.). Este yoga va unido siempre a una filosofía teísta, para la cual el fundamento del universo es un dios (o diosa) personal, infinito, omnipotente, omnipresente y omnisciente, que gobierna el universo, está lleno de amor y desea salvar de la esclavitud a todas sus criaturas. Los

monoteísmos hinduistas suelen creer que el universo no está separado de Dios, sino que es una expresión o manifestación suya. La devoción (bhakti) consiste esencialmente en la entrega confiada y amorosa en manos de la divinidad, en la aceptación gozosa de esa gracia salvadora que nos ofrece.

Algunas prácticas características del camino de la devoción son: oír o leer historias sobre la deidad de la que se sea devoto, rezarle, cantarle, recordarla continuamente –lo que se logra fácilmente repitiendo un mantra relacionado con esa deidad–, adorarla y servirla, no sólo en sus imágenes sino también en el interior de uno mismo y en todos los seres.

#### 5. El yoga de la acción (karma yoga)

El texto clásico del yoga de la acción es la Bhâgavad Gîtâ. Antes de ella solía pensarse que para alcanzar la liberación había que abandonar la sociedad y retirarse convirtiéndose en un asceta renunciante dedicado exclusivamente a la práctica espiritual. La Bhâgavad Gîtâ enseña que es posible alcanzar la liberación sin dejar las obligaciones laborales y familiares, sencillamente cambiando la actitud interior: hay que atender a la familia y trabajar a conciencia al servicio de la sociedad, pero con una actitud interior de desapego.

El karma yoga no es un yoga independiente sino que siempre va unido a algún otro yoga: al realizar las acciones desinteresadamente, en la conciencia de que yo no actúo porque soy el brahman (jñâna yoga), o con plena atención y concentración (râja yoga), o dedicándoselas a Dios y trabajando como un instrumento en sus manos

(bhakti yoga), el karma yoguín renuncia a los frutos de sus acciones y, de ese modo, las convierte en yoga.

#### 6. El tantra y el yoga físico (hatha yoga)

El tantra es un movimiento religioso que se inició en la India en torno al siglo v d.C. y que influyó en todas las religiones indias. La espiritualidad tántrica pretende, como toda la espiritualidad india, trascender la Naturaleza, ir más allá de ella; pero su peculiaridad es que intenta lograrlo apoyándose en todos los aspectos de la realidad natural, en especial aquéllos menos empleados por las otras formas de espiritualidad, como la imaginación, el cuerpo, el deseo, la sexualidad... incluso la transgresión ritual de las normas convencionales. Los yogas tántricos aspiran a lograr la absorción en la Conciencia universal (Shiva) despertando la Energía universal (Kundalinî shâkti), latente en el cuerpo sutil, y experimentando la identidad de ésta con Shiva; es decir: experimentando que la Naturaleza entera es divina.

El hatha yoga es un yoga tántrico que aspira a la purificación de los cuerpos físico y sutil y al despertar de kundalinî mediante técnicas de limpieza, posturas corporales, contracciones musculares, ejercicios respiratorios y mentales. Es la forma de yoga más conocida en Occidente porque muchas de sus técnicas se practican, al margen de su finalidad espiritual, por ser beneficiosas para la salud física y mental.

#### 7. Los yogas combinados

Lo más frecuente es que estos yogas no se

practiquen aisladamente, sino en combinación. Cada yoga es más adecuado para una clase de persona: el del conocimiento, para los más intelectuales; el del autocontrol, para los más voluntariosos; el de la devoción, para los más afectivos; el de la acción, para los más activos; y el físico, para los más corporales. Cada uno, pues, debe practicar principalmente la forma de yoga que mejor se adapte a su naturaleza; pero, como todos tenemos intelecto, voluntad, afectividad, actividad y cuerpo, es aconsejable complementarla ese yoga principal con técnicas de los demás yogas, para asegurar de ese modo un desarrollo personal más intenso, pleno y equilibrado.

Javier Ruiz Calderón

- Javier Ruiz Calderón: Escritor, especialista en religiones orientales.

“Breve historia del hinduismo” Biblioteca Nueva-2008.

- El Instituto de Indología –fundado en 1995– es una asociación sin ánimo de lucro integrada por profesionales de distintos ámbitos a los que nos une el amor a la India y el deseo de darla a conocer.

---

---



## El Espacio del Corazón

HRDAYA AKASHA

La cultura occidental se ha mostrado orgullosa de su razón filosófica y científico-técnica. Estos saberes constituyen una magnífica creación de la razón humana. Pero hay dimensiones de la existencia que escapan al dominio de la razón. Y hoy en día necesitamos ya algo más que la mera razón. Esto no supone una invitación al irracionalismo y un menosprecio de las justas capacidades de la razón. Grande es la ceguera del racionalismo, pero mayor aún lo es la del irracionalismo. También la razón posee su svabhava y su svadharma, su naturaleza y su función propia. Esta última debe ser cumplida. Pues ya sabemos que más vale cumplir el propio dharma que desear llevar a cabo una función que no es la propia.

Pero no es mi intención, aquí, proponer cuáles son los límites de la razón, ni tampoco detenerme en el análisis del complejo concepto de dharma, tan central en toda la tradición hindú. Me gustaría, más bien, invitar a una meditación, entre contemplativa y dialógica, sobre «el espacio del corazón», una meditación que nos conduzca a una experiencia central, capaz de iluminar el posterior uso de nuestra razón.

Para ello nada mejor que comenzar recordando esas palabras de la Cándogya Upanishad (8.1,1) que dicen:

Aquella pequeña flor de loto, aquella morada que hay en la ciudad de Brahman, en ella hay un pequeño espacio interior. Es

necesario buscar, es necesario desear  
conocer aquello que existe dentro de ese  
pequeño espacio interior.

La «ciudad de Brahman» es el cuerpo del ser humano. «Aquella pequeña flor de loto» hace referencia al corazón. En el cuerpo humano, dentro del corazón, hay un «pequeño espacio interior». El «sancta sanctorum» del âtman. Este «no envejece con la vejez de uno; no perece con la muerte de uno» (Cândogya Up. 8.1,5).

El âtman, más allá de todo nombre, más allá de toda forma, más allá de todo conocimiento conceptual, más allá de toda experiencia objetivadora, es la Presencia que habita en el «espacio» de nuestro «corazón», es la plenitud de la realidad que somos, una plenitud que se revela como ânanda, gracias al vacío luminoso del espacio del corazón.

Del âtman nada puede decir-se, del âtman nada puede saber-se. El âtman puede, no obstante, ser-se. Pero no siempre somos conscientes de ser lo que somos; por ello, en ocasiones es conveniente emprender un paseo, un viaje, una peregrinación, para hallar ese «lugar sagrado». Y en él, la Presencia sagrada.

No hablemos del âtman, por tanto; no tratemos de ir a él, pues en él nos hallamos, en él vivimos, en él tenemos nuestro Ser. Hablemos del espacio, del corazón, del ânanda.

\* \* \*

## El espacio (âkâsha)

La cosmogonía hindú comienza con la creación del espacio. En un famoso mito del Rg Veda (Rg Veda X,44.8), el Cosmos, del cual Dios es el arquitecto y el soporte, está lleno de espacio, el espacio que se halla entre el cielo y la tierra llenando toda esa vasta región. Este espacio, que en el Rg Veda se denomina antariksa (espacio intermedio), se expresará posteriormente con el término âkâsha. Originalmente este término sánscrito, significa éter, espacio abierto, vacuidad. Pero se emplea con muchas significaciones distintas. Así, por ejemplo, âkâsha, significa generalmente el quinto elemento, la quinta-esencia, más sutil que los otros cuatro elementos primordiales (fuego, aire, agua, tierra), a los cuales interpenetraría. No obstante, en algunas Upanishads el término âkâsha se emplea ya en el sentido de un espacio sin dimensión; es, de hecho, «la matriz de toda dimensión».

En el Yoga Vâsistha (III.97,14-18) se distinguen con mayor claridad varios tipos de âkâsha. En un primer momento, tenemos el espacio físico (bhûtâkâsa), la primera noción que nos viene a la mente cuando pensamos en dicho término; pero es obvio que no es este el tipo de espacio que más nos interesa en nuestra meditación. Más allá de este, se halla el espacio mental (cittâkâsha), el espacio creado por la mente y por tanto origen del tiempo y de la actividad. Cuando Patañjali en los Yoga-sûtra ofrece la célebre definición de yoga como citta-vrtti-nirodha se refiere al proceso de detención de las modificaciones de la mente; se trata de armonizar, calmar y, en último término, permitir que cese, la

actividad psíquica que tiene lugar en el espacio de la mente.

Este bucear en el espacio de la mente, el espacio psicológico, supone ya una cierta profundización, necesaria en el autoconocimiento. Pero hasta aquí no hemos avanzado excesivamente, pues toda la actividad onírica, así como las ensoñaciones vigílicas acaecen en el espacio de la mente. El autoconocimiento yóguico penetra más allá del campo de lo psicológico, más allá de lo personal, hasta dimensiones transpersonales, supraindividuales.

Por ello, el Yoga Vâsistha menciona lo que podemos traducir como «el espacio de la conciencia» (cidâkâsha), en ocasiones traducido como «espacio trascendental» (obviamente no en sentido kantiano). Es a este espacio al que somos invitados en esta meditación. El espacio de la conciencia, en este sentido, es «el espacio del corazón» y constituye la fuente de todas las otras manifestaciones del espacio.

Tenemos, pues, que el espacio físico y el espacio mental son manifestaciones, expresiones, símbolos, de lo que podríamos llamar también el «espacio místico», allí donde las nociones aparentemente contrapuestas de vacuidad (sûnyâ, sûnyatâ) y de plenitud (pûrna, pûrnatâ) se funden en un abrazo hindu-budhista que pone de manifiesto la profunda unidad del Bharata dharma.

La plenitud de esta vacuidad, la vacuidad de esta plenitud, podría asociarse al otro término empleado por el Yoga Vâsistha cuando quiere evitar toda limitación impuesta a la noción del espacio

primordial; en estos casos se habla de paramâkâsha, el espacio supremo, absolutamente inmóvil.

Trapasando esa perfecta inmovilidad del advaita presentado en el Yoga Vâsistha, en el Parâtrishika Tantra (verso 92), texto del Shivaismo de Cachemira, se nos dice cómo al meditar sobre el propio Ser en la forma de un vasto firmamento (vyomâkâram), no limitado por ninguna dirección espacial (dik), se revela no sólo la propia naturaleza inmóvil de la conciencia, sino también el Poder supremo inherente a dicha conciencia (citsakti).

Una meditación de este tipo, a la que desde aquí quiero invitar, bien puede realizarse tomando como soporte inicial el corazón simbólico.

\* \* \*

El corazón (hrdaya)

El espacio del «espacio del corazón» se ha mostrado como la vacuo-plenitud del no-espacio, de la matriz del espacio, del no-ser previo al ser. Ahora, el corazón del «espacio del corazón» se nos va a mostrar igualmente como un corazón sin corazón. «Sin corazón», porque no se refiere al órgano físico de nuestro organismo, aunque éste pueda tomarse como símbolo capaz de conducirnos a la realidad simbolizada. «Sin corazón», porque en él no cabe ya buscar un núcleo más íntimo, respecto del cual no sería sino una vestidura más, un velo a descorrer. Tampoco se trata del centro sutil, perteneciente a la fisiología yóguica, tántrica u oculta del ser humano, al anahata-cakra, aunque éste pueda igualmente servir de localización

simbólica, capaz de permitirnos sintonizar con el corazón de todos estos corazones, un «corazón sin corazón». «Sin corazón», en último lugar, porque no se trata de la búsqueda de una emoción, un sentimiento o un estado de ánimo, asociaciones inmediatas despertadas por el corazón como símbolo. El corazón del «espacio del corazón» es la matriz de todos los sentimientos, la raíz primigenia de todas las emociones, el arquetipo del sentir afectivo, el fondo afectivo primordial sobre el que se producen todas las modificaciones (vrttis) afectivas. Este corazón no espacial, este «espacio del corazón» (hrdayâkâsha) no es sino la pleni-vacuidad del ânanda.

\* \* \*

#### Ananda

La traducción es difícil siempre. En el caso de este término tan esencial de la tradición hindú, la dificultad de transmitir su significado originario, libre de las connotaciones habituales, puede parecer insuperable, o en cualquier caso servir como invitación para su presentación a través de un rodeo, sin necesidad de traducir a bocajarro su «nombre».

Situados ya en el espacio del corazón, habiendo trascendido todas las nociones y sensaciones topográficas y psicográficas, morando calladamente en esa trascendencia-inmanente, que es el «lugar» de la Presencia sagrada, podemos permanecer a la escucha del Silencio de la Plenitud.

No por casualidad se relaciona el âkâsha con sabda, el sonido primordial, que podría verse como el atributo fundamental del espacio primordial. En el espacio del

corazón podemos permanecer a la escucha del sonido del Silencio. Abiertos a la fuente de toda musicalidad, lo que hay es ânanda. Pues -para decirlo con una bella expresión de la Taittiriya Upanishad 2.7.1- «quién podría vivir, quién podría respirar si no existiera este ânanda en el âkâsha».

En definitiva, terminando con palabras de Sri Aurobindo:

«El Amor y el Ananda son la última palabra del ser, el secreto de los secretos, el misterio de los misterios».

Vicente Merlo

© Vicente Merlo 2006

Texto extraído de Vicente Merlo, La fascinación de Oriente: el silencio de la meditación, Barcelona, Kairós, 2002

Autorizado por el autor.

Vicente Merlo es doctor en filosofía y ha vivido varios años en la India estudiando su cultura así como el pensamiento hinduista -sobre todo las escuelas filosóficas modernas, de Aurobindo o Muktananda, por ejemplo.

---

## El rey ciego

Conocí a un príncipe llamado Tonto, que se pasaba la vida buscando diferentes caminos que le llevaban siempre al mismo lugar.

¿Y porqué buscaba siempre nuevos caminos?

Porque se perdía. Y no recordaba cómo volver.

Entonces, su enemigo era el olvido.

No hay enemigo, pronto lo sabrás. Cada vez que encontraba un camino que le llevaba de vuelta a casa, comprobaba que su castillo era mucho más bello de lo que recordaba. Si tenía barandillas de piedra, al volver las descubría delicadamente grabadas. Si en el castillo habían grandes ventanales, a su regreso eran mucho más amplios y transparentes.

Y, ¿él sabía eso? ¿Sabía que volvería a encontrar su morada?

Sí, nunca perdía la esperanza.

¿Y porqué se perdía?

Se perdía tras sus propios pensamientos. Vagaba aquí y allá, intentando volver, hasta que algo o alguien le indicaba el modo. Por eso le llamaban Tonto, ¿comprendes?

¿Y siempre fue así?

No. Verás... con los años su castillo se convirtió en un precioso palacio rodeado de maravillosos jardines, tan bello que todos hubieran deseado vivir en él. Pero la soledad y el vacío de su interior atemorizaban a los vecinos del lugar, y nadie se atrevía a entrar.

Y ahora será necesario que empiece otra historia, la de una princesa cuyo rostro era blanco como la luna. Ya sabes que las princesas acostumbran a aparecer



prisioneras, y esta historia no es diferente. Vivía prisionera en el castillo que para ella había construido su padre, un temeroso rey ciego que quería mantener a su hija a salvo de todo peligro, y no encontró otro modo que encerrarla. Lo que el rey no sabía es que por las noches el alma de la princesa escapaba por la ventana y vagaba de un lugar a otro, buscando un lugar en el que los soldados de la guardia no pudieran descubrirla.

Ya me imagino.

Sí, un día, cuando el príncipe Tonto volvió por enésima vez a su palacio después de un largo extravío, se dio cuenta de que algo había cambiado en su interior. Le pareció que una dulce presencia habitaba el espacio antes vacío. Pero por mucho que buscó no pudo encontrarla.

Era el alma de la princesa.

Exacto. El alma de la princesa, cautivada por la belleza de aquél inmenso palacio. Lo cierto es que aquello ocasionó un cambio en la vida del príncipe Tonto. Ya nunca olvidó dónde se encontraba. Nunca volvió a perderse, porque toda su voluntad estaba dirigida a vivir cerca de aquella presencia. Cuando la encontraba era el ser más feliz del universo. Y cuando el alma de la princesa volvía al castillo de su padre, la buscaba sin cesar en el interior de palacio. Todas las promesas del mundo no habrían podido apartarlo de allí.

Pues yo no veo mucho cambio. Es lo mismo. Antes buscando y ahora también.

Espera y verás. La princesa supo del príncipe Tonto a través de su alma y se

apenó mucho. Y como no podía salir del castillo donde su padre la tenía encerrada, le pidió al alma que le llevara un mensaje. Y que después volviera de modo que el príncipe Tonto pudiera seguir su rastro.

Y eso hizo el alma. Le susurró al príncipe “sígueme, para que nunca vuelvas a perderme”. Y salió de palacio en dirección al castillo del rey ciego.

Ahí estaba el príncipe Tonto, corriendo tras el alma de la princesa decidido a no perderla por nada del mundo. Pero cuando llegaron a la gigantesca puerta del castillo, el alma voló, mientras que el príncipe tuvo que conformarse con aguardar sentado al pie de la muralla.

¿Y? Me parece que esto va de mal en peor para el príncipe.

Espera, nunca se sabe. Pasó el tiempo, y llegó a oídos del rey ciego la noticia de que un príncipe llamado Tonto, que poseía un maravilloso palacio vacío, llevaba semanas sentado ante los porticones del castillo. Ni siquiera un rey ciego sentiría temor ante un príncipe llamado Tonto y, para más detalles, poseedor de tan poco. De modo que ordenó a sus soldados que le invitaran a entrar, le ofrecieran algo de comer y le interrogaran sobre el motivo de su persistente presencia en los alrededores del castillo.

El príncipe Tonto, que para más señas, era incapaz de mentir, contó a los soldados una extraña historia sobre un alma blanca que había visitado su palacio y le había guiado hasta allí. Aquello alarmó al rey ciego que inmediatamente mandó traer a la princesa para pedirle explicaciones. Pero la

princesa lo negó todo, y llena de indignación exigió que se castigara a aquél que osaba poner su conducta en entredicho.

El rey ciego cada vez más molesto, mandó llamar al príncipe Tonto, que al ver a la princesa reconoció inmediatamente su alma. Pero ella se llevó un dedo a los labios pidiéndole silencio, cosa que el rey ciego, naturalmente, no vio.

-Príncipe –tronó el rey- avergonzáis vuestro linaje mintiendo y merodeando como un perro alrededor de las murallas de mi castillo. ¿No decís nada? Pues bien, os mandaré encerrar en las mazmorras, hasta que confeséis la verdad.

El príncipe fue conducido hasta su encierro. Pero la princesa, que no podía abandonar el castillo pero sí deambular a su antojo por él, fue a visitarlo en secreto al anochecer, y le dijo a través de la mirilla de la puerta:

-Escúchame, tienes que convencer a mi padre para que me deje en libertad.

-¿Cómo voy a hacer eso?

-Di que vas a confesar.

-¿Pero qué podría confesar? –dijo el Príncipe Tonto.

-Mi padre es ciego desde niño. Y la idea de morir sin haber podido ver mi rostro le llena de sufrimiento. Dile que posees un secreto, algo que le permitirá verme, pero que es demasiado grande para trasladarlo hasta este castillo. Convéncelo para que vayamos los tres solos a tu palacio –dijo la princesa, y desapareció.

El príncipe Tonto, que confiaba absolutamente en la princesa, siguió al pie de la letra sus instrucciones.

Perdona, pero ¿el rey ciego se lo creyó?  
¿No te parece demasiado inocente?

Querido amigo, si le ofreces a alguien algo que desea intensamente siempre estará dispuesto a creerte. Y aunque el rey ciego, tras escuchar al príncipe Tonto, lo envió de inmediato de vuelta al calabozo, la esperanza hizo nido en su corazón. De modo que a las pocas horas mandó que volvieran a traerlo ante su presencia, y con voz autoritaria que apenas podía disimular el temblor que le embargaba, aceptó viajar hasta el palacio vacío, no sin amenazar al príncipe con la muerte en caso de que estuviera pensando en traicionarle.

Cuentan que el príncipe, la princesa y el rey abandonaron el castillo para dirigirse, solos y a pie, hacia el maravilloso palacio. El viaje fue largo, porque el rey iba inseguro y lento, y además a los pocos minutos no pudo contener su emoción y empezó a llorar, lo cual hizo el trayecto mucho más penoso. El príncipe Tonto no tenía ni idea de cómo iba a resolverse aquella situación, y el llanto del rey ciego hizo mella en su corazón, de modo que apenas si podía tartamudear alguna palabra de consuelo durante el trayecto.

Esta historia me está empezando a poner triste... termina de una vez, quiero saber qué pasó.

Espera, ten paciencia. Cuando llegaron parecía que el palacio maravilloso no hubiera hecho otra cosa que esperarles. Sus puertas estaban abiertas de par en par. El

príncipe Tonto ya estaba acostumbrado a los cambios, de modo que no le sorprendió la larga avenida empedrada con rubíes, esmeraldas y zafiros, que destellaba suavemente con todos los colores del arco iris, ni la suave brisa perfumada que agitaba las flores de los jardines, ni las altas torres cristalinas que reflejaban la luz celeste del amanecer. Cuando entraron en el palacio, la princesa los condujo hasta su centro, que resplandecía levemente, y allí se sentaron en el suelo sin pronunciar palabra.

Nadie sabe el tiempo que transcurrió. Y nadie sabe de dónde surgieron las palabras que pronunció al fin el príncipe Tonto, ni siquiera él mismo.

-Mi señor, no podemos ver aquello que está encerrado. Para poder ver el rostro de la princesa, antes tendréis que liberarla.

Hubo un silencio todavía más profundo. Aunque el rey, en un principio, se sintió traicionado, de inmediato comprendió que había algo de verdad en las palabras de Príncipe.

Lo cierto es que el rey, sin apenas darse cuenta, había empezado a ver, y lo primero que vio fue su miedo. Al principio decidió que nunca liberaría a su preciosa hija, pero ya sabes, y esto es tan cierto como que existen el sol y las estrellas, que aquel palacio poseía la cualidad del silencio, y en el silencio el miedo no tiene otro destino que el de convertirse en valor.

Y también es cierto que el rey necesitaba ese valor, porque a continuación contempló el modo como había aprisionado a la

princesa, su mayor tesoro, manteniéndola encerrada y apartada de todos, incluso de sí mismo. Y la dureza del poder que había ejercido sobre ella, en el palacio vacío se transformó en una inmensa ternura.

Así fue como el rey, tras un largo y accidentado proceso, accedió al fin a liberar a la princesa.

¿Entonces... el rey ciego no recuperó la vista?

¿Qué habrás entendido en este cuento, querido amigo? Y ¿qué te hace pensar que el rey ciego no tenía vista? Hay que entender el lenguaje de los cuentos... lo que el rey ciego recuperó es la visión.

O sea... esto no es lo que parece... o sí, claro... y la princesa...

Espera, todavía no he terminado. Hay algo más sobre la princesa. Algo que cuentan los más ancianos del lugar, y que arroja una luz diferente sobre esta historia.

¿Sí? ¿Y qué es?

Verás... acércate... dicen que en realidad nadie liberó a la princesa porque nunca estuvo presa. El único prisionero de esta historia fue el rey, víctima de su propio encierro.

Y hay más, hay algo más, también cuentan que el palacio vacío existe

realmente. Con sus altas torres cristalinas, sus maravillosos jardines

y sus luminosas avenidas.

Sí, entiendo... en ese caso... bien, se hace

tarde, tal vez será mejor que vuelva a casa.

Tal vez la encuentres diferente –dijo el anciano sonriendo.

\* \* \*

Y esta es la historia que me contó Gransin,  
que la escuchó de Adasec,  
que la escuchó de Abire,  
que la escuchó de Ertatos,  
que se durmió bajo el árbol  
cuya fruta ya deberíais conocer.

Laura M. Mirón

---

---

## Saludos y protocolos indios

La forma tradicional de saludo indio es el denominado namaskâra (también namaste, de namas, «inclinarse en reverencia» y te, «ante ti»). Estas palabras son más que un mero deseo de bienestar o reconocimiento de presencia. Son una forma de reconocer la divinidad en la interior de la otra persona y de indicar que ambos son uno y lo mismo. Recuerda que Dios está en cada ser y es

cada ser.

Este gesto va acompañado del gesto denominado anjali, que consiste en juntar las palmas de las manos ante el corazón, con la cabeza levemente agachada, mientras se pronuncia la fórmula. Este gesto está lleno de simbolismo. Las dos manos representan una dualidad –el espíritu y la materia, lo positivo y lo negativo, el Ying y el Yang– que se unen en una afirmación de la no-dualidad del universo. Es un gesto que simbolizan el germen de la filosofía del Advaita Vedânta. Además, conecta la parte izquierda del cuerpo con la derecha y equilibra el flujo de las corrientes del cuerpo.

El namaskâra sirve en cualquier momento del día, como saludo y como despedida, aunque existan otras formas concretas. Es un saludo tradicionalmente hindú, aunque todos en la India lo practican. Además, otras religiones tienen sus saludos particulares. Los musulmanes suelen saludar con la palabra adab («respeto») o con la conocida fórmula salâm alekhum («la paz contigo»). Como despedida es común khudâ hâfiz («Dios te proteja»). Asimismo es habitual saludarse simplemente con el nombre de un dios o una invocación, como jaya mâtâ ki («gloria a la madre»), jaya Shiva Shankar («gloria a Shiva Shankar») o Râma Râma.

Una de las costumbres más arraigadas es el charanasparsha («tocar los pies»). Suele hacerse a las personas mayores cercanas, a los maestros religiosos y, en general, a todos aquellos a los que se profesa gran respeto. Esta práctica era diaria con los padres, abuelos, etc., aunque en la actualidad queda reducida a los momentos especiales y de ceremonia, pero está muy



lejos de caer en desuso. Mediante el gesto de tocar la parte más impura del cuerpo –la que está en contacto con la suciedad– mostramos nuestra reverencia y respeto de la manera más clara y gráfica.

Otro convencionalismo importante es la forma de dirigirse a la gente. Generalmente se debe emplear el título que puedan tener o, de ser un pariente, siempre con el grado de parentesco antes que el nombre. Además de los títulos de nobleza, existen otros varios de sentido popular pero que añaden un punto de respeto a la persona a la que se les adjudica. Así existe el término *setha*, para indicar a un negociante acaudalado; *lâlâ* para nombrar a un comerciante próspero, *kâkâ*, para dirigirse a un vecino, etc.

Con las personas no conocidas la forma de mostrar respeto y aprecio consiste en adjudicarles un tratamiento que indique acercamiento e intimidad. Por eso es frecuente llamar *bhâi* («hermano») o *bahina* («hermana») a personas desconocida con las que hablamos ocasionalmente en la calle u otro lugar. Este tratamiento sirve para fijar un marco intachable a una relación recientemente establecida.

El respeto por los desconocidos puede llegar a extremos y una de las maneras de dirigirnos a una mujer es llamándola *devî* («diosa»). Si sabemos de cierto que tiene hijos, la palabra *mâtâ* («madre») es una fórmula social que se considera un gran cumplido.

Las mujeres, en cambio, suelen evitar pronunciar el nombre propio del marido y para referirse a él utilizan todo tipo de perífrasis y formas alusivas como, por

ejemplo, llamándoles «el padre de sus hijos».

Otra forma muy común de indicar respeto es el empleo de la partícula enfática *jî*, detrás de un título o un nombre propio. Ningún indio mencionaría el nombre de Gandhi desprovisto de esta partícula de respeto. Todos se refieren a él como Gandhiji.

Enrique Gallud Jardiel

- Enrique Gallud Jardiel es Doctor en Filología Hispánica y profesor en la Universidad Alfonso X, El Sabio, de Madrid

- El Instituto de Indología –fundado en 1995– es una asociación sin ánimo de lucro integrada por profesionales de distintos ámbitos a los que nos une el amor a la India y el deseo de darla a conocer.

---

---

## La mandrágora, el santo y el retrasado

Vivía, en las afueras de Bagdad, un zapatero que tenía un hijo retrasado llamado Isaac Ijur, mandado a hacer para la inocentada, la baba ocasional y el placer de perseguir, cada verano, a las mariposas azuladas que flotaban sobre los campos. Preocupado por cuál sería su destino el día que él desapareciese, el padre visitaba a

cuanto médico o sanador llegase a la ciudad con el fin de aliviar el mal de su hijo. Muerta la madre, sin hermanos, la protección del Creador no era suficiente, a su juicio, para guardar a Isaac el día en que él ya no estuviese en el reino de los vivos.

Un santo llamado Abu Niflaot pasó delante de la tienda del zapatero judío vendiendo hierbas medicinales y gritó:

- ¡Compren la planta milagrosa, la mandrágora que cura el maleficio de amor, despierta poderes ocultos, sana al tísico y restablece al cojo, mejora el único ojo del tuerto y eleva al máximo la vara de Aarón!

El zapatero salió de su tugurio derramando un tarro de cola y topando con un cordel, corriendo por encima de la suela y de los clavos y, seguido por su hijo, el retrasado Isaac Ijur, pagó una suma exorbitante por la mandrágora. Esa noche la hirvió, tras pulverizarla, y se la dio de beber al retrasado una mañana sin una nube, tal como el santo le sugirió. Dos semanas después, junto al lecho de un río seco, Isaac encontró una vara de ciruelo que había servido de báculo a un pastor y se la llevó a su casa pensando que aquella era la que, según dijo Abu Niflaot, se elevaría al máximo.

A la semana siguiente apareció cubierta de flores, más tarde de hojas y no bien transcurrió un mes el báculo rama tenía cuatro verdes ciruelas luciendo su sabrosa esfericidad a la vista de todos. Se avisó del prodigio al santo, quien se allegó, curioso, a la zapatería. Pero a pesar de la verde y frutal maravilla, el retrasado seguía igual que antes, su padre no

comprendía nada de lo que estaba ocurriendo y el mismo Isaac continuaba llegando tarde a todas partes, tropezando sobre sus propios pasos o durmiéndose de pie, con los ojos abiertos, en los servicios religiosos.

Decidieron colgar la asombrosa rama de ciruelo del techo de la tienda para que todos pudieran ver el milagro. El sanador ambulante, sin perder un sólo segundo en filosofías o vanidades fue a un huerto y cortó diez, quince ramas, mintiendo sobre su procedencia y diciendo que, habiéndolas pasado por el agua fértil de la mandrágora, no tardarían en mostrar sus dones.

Naturalmente, una vez que hizo su dinero se marchó. Un día después un terremoto sacudió la región y el pueblo casi íntegro sucumbió a sus temblores, menos la zapatería, sostenida por la vara florida y las eventuales manos de Isaac Ijur, el retrasado, que se había puesto a cantar, un momento antes del desastre, mientras limpiaba unos cueros para su padre, la siguiente tonada:

Tarde o temprano da igual,

La rama que hallé se apuró,

La tierra que pisamos está tan viva

En lo seco como en lo húmedo.

Tarde o temprano da igual,

El hombre no es un árbol,

La tierra no es una tumba,

La brisa habla sin labios.

Con los años, el clima, las lluvias y los vientos, la rama se transformó en un árbol

frondoso que sobrevivió a las cuatro paredes de la zapatería y al propio zapatero. Un árbol debajo de cual, el retrasado Isaac, que había aprendido a suspirar con delectación, enseñaba el arte de modular las entradas y salidas del aire del amor a los jóvenes que buscaban pareja.

Cuando le preguntaban por qué hacía eso, con una mirada orgullosa respondía:

-Mi padre cubría pies; yo descubro el sendero más tierno para los pasos más largos.

Allí donde se halle, dicen los sabios, voluntaria o involuntaria, la lentitud, el retraso de las pequeñas y grandes cosas es buen consejero pues no permite sopesar con más profundidad su destino. El sobrenombre de Isaac, el hijo del zapatero, ijur ( rwx ) , retraso, nos permite ver en él tanto una cierta luz, or, ( rw ) un ánimo fraterno , aj ( x ) , como el soplo mismo del Espíritu o rúaj ( xwr ).

Mario Satz

Mario Satz. [www.mariosatz.com](http://www.mariosatz.com)

---

NOTA: texto publicado autorizado por el autor.

---

## El yoga integral y supramental de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa

### Introducción

Sri Aurobindo (1872-1950) y Mirra Alfassa (1878-1973) son los creadores de una nueva manera de entender el yoga. Si bien nos centraremos, fundamentalmente, en la obra teórica de Sri Aurobindo, hemos de tener presente desde el comienzo que el yoga integral es una elaboración conjunta de ambos.

El yoga, como sabemos, no es tan sólo ni en primer lugar una obra teórica, sino una práctica, una praxis, un trabajo interior que busca la realización humana y, en el caso del yoga integral, la realización no sólo individual sino también colectiva, planetaria.

La obra teórica de estos dos impulsores de la evolución es muy extensa. En el caso de la filosofía de Sri Aurobindo, se ha reconocido la existencia de una concepción del mundo que fue desplegándose a lo largo de sus múltiples escritos y, de manera especial, en su obra magna: La vida divina. No intentaremos aquí presentar todos los aspectos de su pensamiento, ya que nos centraremos en el enfoque integral del yoga; pero en una época en la que se concede tanta importancia al contexto, nos parece apropiado situar históricamente la aparición del yoga integral por medio de una breve biografía de estos dos impulsores.

Sri Aurobindo (Calcuta 1872 – Pondicherry 1950)

Educado desde los siete años en Inglaterra,

Cursó estudios universitarios en Cambridge: al volver a la India, aprendió sánscrito y otras lenguas indias. El año 1906 se afilió al movimiento nacionalista de Bengala, del que fue un líder destacado. En 1908 fue arrestado y pasó un año encerrado en prisión, lo que significó un cambio decisivo en su vida. Después la lucha política dejó de tener un interés prioritario y se centró en cuestiones espirituales: el futuro de la humanidad, la nueva era del espíritu, el descenso de la Supermente o Consciencia-Verdad y el surgimiento del ser supramental. Finalmente abandonó del todo la política. Fue maestro de yoga, poeta y pensador original; integrador de Oriente y Occidente. Es considerado uno de los grandes maestros espirituales del siglo XX y creador de un Vedanta y un yoga integrales. Entre la cantidad de obras que escribió, cabe destacar La Vida Divina, Bases de yoga y Savitri, su poema místico y filosófico más representativo:

Mirra Alfassa (París 1878 – Pondicherry 1973)

De padre turco y madre egipcia, se interesó desde joven por las experiencias ocultistas, después de haber gozado de unas experiencias místicas muy profundas. En 1914 viajó a la India, donde conoció a Sri Aurobindo, con quien pasó un año en Pondicherry, ciudad donde volvió definitivamente en 1920. Cuando en 1926 Sri Aurobindo se retiró de la vida pública, Mirra, conocida como “La Madre”, se hizo cargo del ashram fundado por Sri Aurobindo en Pondicherry durante casi cincuenta años, hasta su muerte. Creó la Escuela Internacional de Educación, que infunde una

nueva orientación al sistema educativo. Entre los proyectos llevados a cabo por la Madre; cabe destacar la ciudad laboratorio de Auroville, fundada en 1968, cuya experiencia se continúa llevando a cabo hoy en día. Al final de su vida, la Madre insistió en la importancia de la transformación supramental del cuerpo físico, un trabajo que narró en los doce volúmenes de La agenda de la acción supramental sobre la Tierra.

### El marco teórico del yoga integral

Antes de centrarnos en los objetivos y los métodos del yoga integral, conviene presentar, pese a que sea superficialmente, el marco teórico que le da sentido y permite comprenderlo mejor. Si bien es cierto que Sri Aurobindo es uno de los pioneros más influyentes de la síntesis entre Oriente y Occidente, no lo es menos que sus influencias más grandes -sin olvidar que lo más decisivo en él es su propia experiencia yóguica y espiritual, como podremos ver, amplia, rica y profunda- son exclusivamente orientales, en concreto, indias, y más específicamente, hindúes. Es cierto que la influencia que se ha querido acentuar del Occidente moderno existe, pero siempre ha sido una influencia indirecta y en ningún caso determinante. Posiblemente, las únicas excepciones fueron la concepción "evolucionista", que desarrolló un papel muy importante en su visión, y la poesía del romanticismo inglés, que impregnó su espíritu. Lo cierto es que sus influencias más remarcables y las líneas de afinidad más profunda se han de buscar en los Veda, en las Upanishad y en el Baghavat-Gita; son, de hecho, las tres obras -en los dos primeros casos, conjunto de obras- que más



han marcado, junto con los dos epopeyas y los Purana, al mentalidad y la espiritualidad de la India (1).

Ahora bien, si estas son sus resonancias más importantes por afinidad y simpatía, su interlocutor principal, y en cierto sentido, su "rival", es, sin ningún tipo de dudas, Sri Sankaracharya (circa siglo VIII), máximo exponente del Vedanta no dualista. Hemos de entender "rival" no en el sentido de enemigo, que sería una concepción contraria u opuesta, sino como una manera alternativa de concebir el mundo y el sentido del yoga. Shankara es el héroe cultural de la india por excelencia, concebido legendariamente como una encarnación del mismo Shiva. Él consiguió, como ninguna otra persona, ofrecer una interpretación unificadora y coherente de la tradición hindú bramánica. Combatió "apasionadamente" la fuerza del budismo y colaboró en su expulsión de la India, ya que la negación que esta filosofía hace del atman y del brahman, así como su rechazo al sistema de castas, le parecían inadmisibles y una obra asúrica (que en Occidente sería el equivalente de una obra diabólica, ya que los asuras son los enemigos de los devas). Shankara formuló un no-dualismo radical, cuya piedra angular es la idea de maya, en el sentido de considerar todo el cosmos, toda la manifestación, todo aquello que no es eterno, todo aquello que no es el Brahman sin atributos, como una ilusión, una especie de espejismo, de sueño o de alucinación (metáforas favoritas de Shankara). No tan solo el mundo en su conjunto, también los individuos forman parte exclusivamente del mundo de maya y no constituyen, por tanto, parte de la realidad última, de la Verdad de la

existencia: para el iluminado, el mundo y el yo han desaparecido, o mejor aún, descubre que nunca han sido "reales". Así pues, se adopta, inevitablemente, una concepción "centrada en el otro mundo" (en realidad, no se trata de "otro mundo", sino de ausencia de mundo -hablando con rigor, acosmismo-), en la negación de la realidad y el valor de este mundo -y con éste, de la naturaleza, del cuerpo, de la mente y de la individualidad en cualquier sentido. La única cosa con verdadero sentido es el Despertar supremo y cualquier compromiso y preocupación por este mundo no puede ser sino fruto de la ignorancia. Es por eso que, de manera coherente, cualquier acción, cualquier yoga de la acción (karma yoga) es innecesario y fruto de la ignorancia, de la misma manera que lo es cualquier devoción (bhakti yoga), ya que esta se basa necesariamente en la dualidad devoto-adorado, amante-amado, yo-tú, si bien en realidad no hay dos, sino tan solo Uno (ekam evadvitiam, el Uno sin segundo).

Ante el predominio, tanto en los medios intelectuales como en los ambientes espirituales de la India -pese a que no es así en la religiosidad popular ni en alguno de los grandes místicos-, de este "no-dualismo ilusionista", Sri Aurobindo, a partir sobre todo de sus propias experiencias místicas y espirituales y su propia "visión profética", criticó el Vedanta de Shankara, no porque fuese completamente falso y opuesto a su visión, sino porque era parcial e incompleto. Efectivamente, Sri Aurobindo no niega la existencia del Ser fuera del espacio y el tiempo, no niega la realidad del Brahman saccidananda, del Absoluto inefable como realidad última y fundamental, de la

sublimidad de la experiencia nirvánica, sino que todo eso forma parte de su experiencia y de su realización espiritual. No se trata, pues, de negar las afirmaciones positivas de Shankara, sino de ampliar e integrar la experiencia y la concepción de la realidad.

(Paradójicamente, hasta cierto punto, Shankara asimiló, acaso de una manera inconsciente y no deliberada, el mensaje budista; sobre todo en la versión de Nagarjuna y del Lankavatara sutra y a través de Gaudapada, el maestro de su maestro, Govinda, a quien se ha acusado, no sin razón, y con razones probablemente también válidas para el mismo Shankara, de “criptobudista”, de manera que la vía negativa que desemboca en el nirguna brahman, el Brahman sin atributos, sin cualidades, se asemeja muy a menudo a la vacuidad budista, vía Nagarjuna.

De la misma manera que el carácter impersonal del Absoluto no niega su carácter personal, la aceptación que la Realidad Última y originaria es el Parabrahman (el Brahman supremo, supracósmico) no niega que el Absoluto sea también intracósmico, sino también inmanente al mundo. Igualmente, la aceptación del carácter no dual de la Realidad Última no niega la multiplicidad de jivatmans, purushas, mónadas o sujetos espirituales en la realidad, el valor y la dignidad propios de aquello que es sagrado. Estos sujetos, por otro lado, no han de confundirse con el ego empiricopsicológico ni reducirse a éste, ni tan solo al “alma individual”, que es una proyección, una emanación, un enviado de aquello a la manifestación y el sujeto que encadena las distintas encarnaciones y que otorga

continuidad samsárica (en el ciclo de nacimientos y muertes) a la persona que puede descubrirse siendo “ella misma” durante diversas vidas, ya que se da cuenta de su auténtica identidad transcorpórea. Es decir, la reencarnación, unida a la ley del karma, interpretada de manera no mecanicista, sino holistaorganicista y no privada de inteligencia, de amor y de compasión divinas, ya que es un instrumento al servicio de la evolución del alma en las manos de una Inteligencia suprahumana, se toma seriamente y no como parte de maya, cuando esto último se dice de manera despectiva y carente de valor su realidad.

En este mismo orden de cosas, no se quita ni una coma al valor del jnana yoga, la única vía aceptada por Shankara, ya que la discriminación, el conocimiento por la identidad y el descubrimiento de la realidad no dual continúan siendo de la máxima importancia. Sin embargo, eso no niega el valor y el sentido del karma yoga y del bhakti yoga; no disminuye la validez, la autenticidad y la importancia de la vía de la acción desinteresada, del no apego, del cumplimiento del “deber” (no como una imposición sociocultural, sino como una sabiduría moral aplicada y flexible, procedente de una visión directa), como una manera de colaborar con la acción divina sobre la Tierra, de someter y entregar el propio deseo egocéntrico a la voluntad de la divinidad; no disminuye el valor y la “gracia” de la devoción y el amor a la divinidad, capaz de elevar el alma a cuotas -insospechadas para la mente- de belleza y delectación en la contemplación y la unión con el Amado.

Aquí vemos algunas de las diferencias

fundamentales en la cosmovisión de estas dos maneras del Vedanta, estas dos maneras del advaita (no-dualismo): uno es acosmista, ilusionista, impersonalista (Shankara); el otro es integral, sin negar la realidad ni el valor ni del mundo ni de la persona individual, principalmente en su dimensión espiritual, como un alma que traspasa la oscuridad de la muerte y perdura en el tiempo, pero también, y en primer lugar, como un espíritu individual que sabe que es uno de los Nombres de lo Innombrable, uno de los Rostros de la Trascendencia, una de las Notas de la Sinfonía cósmica imprescindible e insustituible, Individualidad eterna abierta a la Universalidad y a la Trascendencia, que son, ciertamente, aspectos de su identidad no dual (2).

#### Objetivo y método del yoga integral

Si La vida divina es la obra principal de la dimensión filosófica surgida de la pluma de Sri Aurobindo, su concepción del yoga ha de buscarse, sobre todo, en dos de sus obras fundamentales. En Síntesis del yoga, dirigida al gran público, se ha elaborado - en más de mil páginas, igual que la obra mencionada anteriormente- el sentido de los tres grandes yogas presentados en el Baghavad-Gita, que hemos mencionado antes y en los cuales Sri Aurobindo da la denominación de “yoga de las obras divinas”, “yoga del conocimiento integral” y “yoga del amor divino”. Estas tres primeras partes reciben ya una elaboración personal, de acuerdo con la visión integral; no obstante, será en la cuarta y última parte, la del “yoga del autoperfeccionamiento”, en que las nociones más propiamente aurobindianas, centradas en

la idea de la gnosi supramental, se irán desenredando.

La otra obra centrada en la sadhana -la disciplina, el trabajo interior, el sendero- del yoga integral es de un carácter muy diferente porque, en realidad, no estaba, originalmente, destinada al gran público. En efecto, se trata de la correspondencia de Sri Aurobindo, elaborada en el año 1972 para conmemorar el centenario de su nacimiento bajo el título de Cartas sobre el Yoga. Es aquí, en realidad, donde vemos a en funcionamiento los detalles significativos de la práctica de este yoga, tal como su creador lo concebía en relación al grupo de seguidores dispuestos a participar en este experimento colectivo que comenzó a ser el yoga integral. La transformación ocurrida en las personas de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa buscaba extenderse, de manera natural, entre aquellas personas que estaban más cerca, física o espiritualmente; los miembros de aquella familia espiritual en cuyas almas parecía que había grabada una fuerte atracción hacia este enfoque del yoga adaptado a nuestro tiempo, un yoga que no pretende decapitar sus raíces con la tradición de la cual surge (algunas de cuyas ramas hemos podido contemplar en este texto), pero que tampoco se siente atado a las tendencias del pasado, por más que reconozca su luminosidad. En este sentido, Sri Aurobindo está lejos de un tradicionalismo radical, que por principio sospecha de cualquier "novedad" en la experiencia, en la visión y en la concepción. Por esta razón, las mentes más "tradicionalistas" no han podido asimilar algunas de las facetas características del yoga integral, como su concepción de la

evolución espiritual, su defensa de la importancia del alma individual y la nuclearidad de la transformación integral, triple: de la mente, de toda la vitalidad e incluso del cuerpo físico; una transformación que señala no tan solo hacia la liberación del mundo y del cuerpo, sino también y a partir de ésta el perfeccionamiento de todos los instrumentos que permiten esta gran transformación colectiva, de la humanidad y del planeta, que constituye parte del horizonte del yoga integral y supramental.

Por todo eso, el método del yoga integral está al servicio del objetivo que persigue, que no es una “huida del mundo”, una “liberación del sufrimiento”, una “realización meramente personal”, sino, partiendo de la realización y de la liberación auténticas, una “divinización” capaz de expresar aquí en la tierra, a través de cuerpos físicos transfigurados, fieles a la nueva conciencia desplegada, los potenciales de luz, amor y poder que permanecen en gran parte ocultos en los rincones de nuestra identidad desconocida.

Así pues, si el “descenso” de una nueva luz, un nuevo amor y una fuerza nueva (supramentales) han de ser posibles, el receptáculo humano se ha de disponer para esta finalidad. Y eso implica, como sabe cualquier tradición espiritual, una purificación previa, una preparación del terreno donde han de sembrarse las semillas de la luz de un hombre nuevo, incluso, de una especie nueva. Efectivamente, en el yoga integral se han de tener en cuenta y activar dos poderes distintos: el poder de la ascesis humana, el esfuerzo personal, la limpieza de todos los obstáculos que

impiden el cambio necesario y el ascenso a niveles de conciencia nuevos, y el poder de la gracia divina, el descenso de la Luz, el Amor y la Fuerza supramentales, en una sola palabra (que apunta a uno de los símbolos más amados en muchas subtradiciones de la India y también en Sri Aurobindo): de la shakti supramental, la conciencia-energía de la divinidad, la “Madre” como poder creativo, como inteligencia motora, como conciencia cósmica de la cual formamos parte, como un fuego eléctrico del cual nuestras almas son las chispas, las llamas, capaces de ser encendidas nuevamente al contacto con este fuego amoroso original (3).

Por esta razón pueden emplearse todas las técnicas necesarias o convenientes (del hatha, del tantra, del raja, del karma, del bhakti, del jnana, así como de los restantes tipos de yoga) como ayudas a objetivos particulares, de manera que las posturas físicas y el control de la respiración, la utilización de mantras, diversas técnicas de concentración y meditación, una tarea y una acción puestas al servicio de la obra divina, el cultivo del amor, la devoción y la entrega completa a la “Madre” o a la divinidad, así como una discriminación constante entre lo real y lo irreal son herramientas útiles y bienvenidas en muchas ocasiones. No hay duda de que el trabajo de purificación de la mente, de lo vital y del cuerpo físico es necesario. Esto implica ejercitarnos en mantener un estado de conciencia en que impere la paz, la calma y la armonía, un corazón libre de pasiones y emociones violentas que estropean la armonía necesaria para la manifestación del alma, un cuerpo sano, fuerte, ágil y flexible,



dispuesto a soportar el alto voltaje de las energías superiores cuando desciendan sobre nosotros para poder ser recibidas, transformadas y emitidas con nuestro tono particular.

Paz y armonía en el corazón, calma y silencio en la mente son los requisitos previos, la base firme que ha de mantenerse constantemente, siempre que sea posible, para que el "trabajo" se pueda llevar a cabo. La importancia de esta "atmósfera psíquica" (no tan solo como algo meramente subjetivo, intrapsíquico, sino como algo transubjetivo en lo que participamos). Éste es uno de los sentidos de la vida en comunidad para aquellos que están realizando una misma tarea, recorriendo un mismo camino espiritual. Conventos, monasterios, templos, pagodas, ashrams de todas las tradiciones siempre han sido conscientes de ello. Esto se puede percibir en el ashram de Pondicherry y en la ciudad de Auroville, que fueron creciendo alrededor de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa y el ideal del yoga integral. Allí un tipo particular de shakti, de fuerza o energía espiritual, impregna el ambiente, de manera que las condiciones del yoga, la paz y el silencio son más fáciles de vivir, de sentir internamente, de compartir. Es algo similar a aquello que sucede con el "aura" iluminada de un maestro: cualquiera que entra en su campo de acción es transformado por el poder pacificador e iluminador que irradia. En realidad, importa poco que el maestro está vivo, encarnado en un cuerpo físico o no. El "discípulo" que se encuentra en el "corazón" del maestro siente que toda su vida se baña en la luz amorosa de aquél que guía sus pasos e ilumina su camino. Por otro lado, un

maestro verdadero desea enseñar que sea el mismo discípulo quien aprenda a encender su luz interior, a establecer contacto con su alma, a estar en presencia del maestro interno, el maestro del yoga, del cual cualquier representación o encarnación será tan solo una manifestación efímera.

No nos tendría que extrañar sentir exclamar a Sri Aurobindo "en este yoga no hay método". Pese a que la mente controladora se sienta perdida ante esta afirmación, lo cierto es que más allá de las directrices generales para la práctica del yoga integral, cada sadhaka, cada practicante, aspirante, buscador, discípulo del yoga integral, ha de recorrer su propio camino, teniendo en cuenta su propia naturaleza irremplazable e incomparable con la de los otros, sus propias líneas de menor resistencia, así como sus bloqueos particulares. No hay duda de que habrá personas más propensas a la acción y el trabajo externo y para ellas el karma yoga puede ser la vía principal; otras estarán centradas en su corazón y experimentarán el fuego anímico del amor y la devoción a la divinidad en cualquiera de sus formas: desde lo Absoluto trascendente hasta el mismo guru, el maestro realizado que encarna para ella, más que ningún otro ser, la presencia de Lo Sagrado. En este sentido, buena parte de los discípulos de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa ven en ellos a sus maestros, en el sentido más elevado, lo cual, en la tradición hindú, significa no tan solo una maestría, una iluminación, una realización impecable, sino la aceptación de estar en la presencia del avatar (en este caso, avatar bipolar), el descenso del Ser Supremo, de la conciencia divina, a un cuerpo humano para inaugurar

una nueva era, instaurar un nuevo principio cosmológico, abrir una nueva ruta para la evolución de la humanidad y mostrar un nuevo camino.

Contrariamente a lo que es tradicional y más frecuente en la India, Sri Aurobindo y Mirra Alfassa no pertenecen a una cadena iniciática históricamente reconocida, no han recibido enseñanzas ni una iniciación formal en una determinada sampradaya, ya que ni el caso de Vishnu Bhaskar Lelé ni el caso de Max Theon, si bien fueron significativos en su desarrollo inicial, no se puede entender en este sentido. Más bien se habría de decir que inauguran una nueva vía, un camino nuevo, un nuevo yoga, que no puede reducirse a ninguno de los anteriores ni identificarse con ellos. Un yoga que se caracteriza no tan solo por su carácter integral, sino también y, sobre todo, por su dimensión supramental. Eso es lo que hemos de analizar a continuación.

La triple transformación en el yoga integral y supramental

Sinceridad, aspiración, confianza, apertura, entrega, paz, ecuanimidad, son palabras clave en el yoga integral. Todas apuntan a estados o movimientos bien precisos del ser anímico que constituye el polo manifestado de nuestra realidad central. No hablaremos aquí del jivatman, el "polo celeste", la individualidad espiritual eterna, el misterio del ser que integra en sí mismo las dimensiones individual, cósmica y trascendente. Nos limitaremos a destacar la importancia que posee el descubrimiento del "ser anímico", el alma individual, y el giro radical que supone en la vida de aquella persona que hasta entonces había sido regida por su

personalidad egocéntrica.

Efectivamente, la primera gran transformación es la “transformación anímica”. Esto supone la desidentificación, al menos en parte, respecto a todos los movimientos de la personalidad (cuerpo, vitalidad, emociones, mente) y especialmente respecto al “ego”, como construcción psicológica que construye nuestra vida y nos mantiene encerrados dentro de los límites ilusorios de nuestra “realidad psíquica” separada de la naturaleza, de los otros seres humanos y de la omnipresencia divina. El ser anímico es el sujeto central que somos, el yo que articula todos los factores psíquicos y los dirige secretamente a lo largo de todas sus encarnaciones diversas, la chispa de la Divinidad que ha alcanzado ya altura humana, personal e individualizada y que brilla con luz propia. Su clima, su hábitat es aquél en que reina la paz, el silencio mental, la lucidez, el amor y la compasión. Por eso, en la medida en que la personalidad continúe siendo muy ruidosa, su voz es enmudecida por los gritos de nuestras tendencias inferiores, sus murmullos son ahogados y velados hasta el punto de no poder ser reconocidos y creer que son inexistentes. Sin embargo, llega un momento en que a través de la aspiración sincera a algo más luminoso (aspiración que no es otra que el impulso del alma por manifestarse, el deseo anímico al que abrimos la puerta), al comienzo, en momentos privilegiados, tal vez de meditación, de silencio, de contemplación de la naturaleza o de entrega amorosa, despierta en nosotros un nuevo estado de conciencia, un nuevo estado de ser, una nueva percepción, un nuevo sentido de

identidad. Con la mente en calma y el corazón en paz, nos inunda una Presencia olvidada, una lucidez insospechada, se produce una expansión de nuestra conciencia y de nuestra (sensación de) identidad. Y se produce el reconocimiento de la presencia amorosa y gozosa de nuestro propio ser interno, de nuestro propio ser anímico, abierto al Ser total, a la dimensión del espíritu que escapa a cualquier comprensión intelectual. A partir de este punto, de este "descubrimiento del alma", de esta "realización anímica", tiene lugar una transformación gradual de la personalidad. La pureza del alma llama a purificar los distintos elementos de la personalidad, el clima de silencio gozoso pide cultivar el silencio de las palabras, pensamientos y emociones superfluas. Nos sentimos atraídos por todo aquello que es bello, bueno, justo y amoroso. Nos repugnan de manera espontánea sus contrarios: la fealdad, la maldad, la injusticia y el odio, al mismo tiempo que comprendemos que han sido y probablemente todavía están en nosotros, al menos como posibilidades que se pueden activar fácilmente, y vamos con cuidado de no rechazar ciegamente nuestros aspectos sombríos que, lo sabemos bien ya, antes o después proyectaríamos irracionalmente sobre los otros, sino que nos esforzamos en integrar nuestra sombra dentro del campo cada vez más amplio de nuestra conciencia. De esta manera, parcelas de aquello que antes era subconsciente (temores, deseos egoístas inaceptables para nuestra conciencia moral, etc.) y de aquello que hasta ahora era supraconsciente (facultades latentes de percepción, clarividencia, telepatía, amor compasivo, etc.) se van integrando dentro del campo de nuestra conciencia, al mismo tiempo que se traslada

nuestra sensación de identidad de los movimientos de la personalidad egocéntrica a la quietud dinamizadora del ser anímico gozoso.

De esta manera, va teniendo lugar lo que el yoga integral llama “transformación anímica”. Establecer un contacto consciente con el ser anímico, descubrir nuestra verdadera identidad anímica, liberarse de la esclavitud de las tendencias egocéntricas, bañarse en la luz, el amor y la belleza es el primer paso de este camino sin fin, de esta aventura sin límites.

En realidad, en general de manera simultánea, se va produciendo lo que Sri Aurobindo llama la “transformación espiritual”, que se ha de ver como un complemento de la otra. Hay que decir que si la transformación anímica está más centrada en el corazón (entendido no como un órgano fisiológico, ni como un chakra etérico, sino como un símbolo de nuestra realidad central amorosa y compasiva), la transformación espiritual se refiere, sobre todo, a la transformación de la conciencia mental, sublimándola, transfigurándola hasta convertirla en una conciencia intuitiva, iluminada, sobremental y en último término supramental. Esto quiere decir que el campo de nuestra conciencia se abre a otra serie de cambios sutiles y peculiares que despiertan maneras de ser y de conocer “yóguicas”, de “poderes” o facultades, conocidos en todas las tradiciones espirituales y sobre los cuales siempre se ha avisado al buscador para que no quede atrapado por el descubrimiento de estas nuevas posibilidades fascinantes. No hace falta decir que el buscador del sendero integral no las ha de desear ni de

temer, ni codiciarlas ni rechazarlas. En todo caso, ha de aprender a utilizarlas y a comprender que son frutos naturales del desarrollo espiritual. Tanto en Sri Aurobindo como en Mirra Alfassa vemos en acción muchos de estos “poderes”, integrados de manera armónica en su vida “yoguicoesotérica”, siempre al servicio de la realización y el desarrollo espiritual, no ya propios, sino sobre todo colectivos. Su acción estaba llamada a ser, antes de todo, una acción de alcance planetario, tal y como se puede ver en sus cartas y conversaciones que, originariamente, no estaban destinadas a ser públicas.

Todo esto -cambios en la personalidad, cambios anímicos, cambios espirituales- encuentra fácilmente equivalencias en las diversas tradiciones de sabiduría. Si algo se ha presentado como “nuevo” en el yoga integral es su referencia a una realidad, conciencia-energía, principio, poder, supramental. Es aquí donde el yoga integral hace un salto cualitativo, articula un discurso profético y anuncia la llegada de un nuevo mundo, de una especie nueva, de una mutación sin precedentes. Hablar de una “transformación supramental” diferente de las dos anteriores exige aclarar la noción de supramental. El Sri Aurobindo rishi (sabio-vidente, profeta-poeta) anuncia la llegada de una nueva aurora posibilitada por el descenso o la emergencia, a escala planetaria, de un tipo de conciencia-energía que, hasta el momento, no había operado en la humanidad. Sri Aurobindo acepta que este tipo de realidad ya existe y se conoce en los Veda. Los tres planos inferiores o conocidos, donde sucede la evolución terrestre, son el plano físico, el plano vital y el plano mental, los tres

mundos de la manifestación espacio-temporal. Los tres planos superiores corresponden a los tres principios divinos sat, cit, ânanda (Ser, Conciencia y Beatitud; o Realidad suprema, Inteligencia primordial y Gozo puro). Queda el principio intermedio, intermediario entre lo superior y lo inferior, el principio supramental. De la misma manera que la conciencia individual puede ascender y viajar por el plano físico, el plano vital o el plano mental, puede también, en algunos casos, ascender hasta el plano supramental. Eso es lo que consiguieron los rishi védicos, algún tipo de vistazo, de contemplación, de ascenso hasta allí. Lo que no había sucedido hasta este momento de la historia del planeta era el descenso de la fuerza supramental hasta el plano físico, lo que no había sucedido era la integración de unas energías tan sutiles en el equipo psicológico, personal, de los habitantes terrestres. Sabemos que algunos tipos de energías pueden existir e incluso pueden atravesarnos sin percibir nada ni producir efectos, ya que esto depende del receptor por el cual pasan. Pues bien, la hora cósmica haría posible el inicio de la integración de esta luz supramental (inteligente) en las mentes, las vidas y los cuerpos de los seres humanos. No hay duda que, sin negar explícitamente lo contrario, Sri Aurobindo y Mirra Alfassa se han concebido como los pioneros de este proceso de anclaje de lo supramental en la Tierra: en primer lugar, en las auras de estos pioneros, en quienes han producido esta supramentalización de toda la personalidad (mental, vital, física); en segundo lugar, como “manifestación supramental” planetaria que, según Mirra Alfassa, habría tenido lugar a partir del



29 de febrero de 1956.

En las últimas décadas, sobre todo en ciertos ambientes, se ha popularizado lo que podríamos llamar la “teoría de la masa crítica”, que puede ilustrarse mediante la historia, no menos célebre, de los ciento un monos, narrada por Lyall Watson en *Lifetide* (1979). Entre los macacos salvajes de unas islas de la costa de Japón, una mona hembra lavó una patata antes de comérsela, para sacarle la arena; le enseñó el truco a otros miembros del grupo y diversos monos la imitaron. De pronto, al llegar aun número determinado, como si se cruzase un umbral (se formase una masa crítica, al llegar a los 101 monos), se produjo un cambio y todo el grupo comenzó a lavar las patatas antes de comérselas. Lo más extraordinario no es que tan solo ocurrió esto, sino que, por lo que parece, el hábito cruzó fronteras naturales y apareció espontáneamente en las colonias de otras islas, sin ningún tipo de contacto visible. Pues bien, esto es similar a lo que Sri Aurobindo y Mirra Alfassa llamaban el “contagio supramental”: una vez arraigada esta conciencia superior, supramental, en el aura de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa, en sus mentes y en sus cuerpos, -tal vez hoy día también en otras personas-, el contagio supramental sería posible y el proceso de supramentalización se pondría en marcha.

De esto podemos deducir, pues, que el último sentido del yoga integral es conseguir la purificación y la apertura necesarias de nuestra conciencia (en todos sus niveles, también el corporal y el subconsciente) para que el descenso de la luz inteligente supramental no se malgaste

y pueda integrarse en las personalidades de aquellas personas que sienten una aspiración sincera a una vida más plena, a una realización más integral, a una liberación que no es de este mundo, sino en este mundo. Esto no implica una "pasividad" total, pese a que este aspecto de "receptividad" de lo que es superior, como un cáliz dispuesto a acoger lo sagrado, sea importante, ya que en una espiritualidad integral, como fue ejemplificada justamente por Sri Aurobindo, no se excluye ni la importancia de la mente, ni el valor de los sentimientos, ni el sentido del cuerpo, ni el compromiso con el arte, ni la participación política; la razón es que partimos de la realidad, del valor y el sentido de la existencia, de la materia, de la sociedad, de la historia y del cuerpo, todos llamados a ser transfigurados de tal manera que la mente actual posiblemente no pueda ni sospechar... Salvo que comencemos a tomarnos seriamente el poder de la imaginación creadora y a comprender que la cima de nuestra imaginación iluminada es un relámpago de la imaginación teófanica capaz de manifestar parcelas de la realidad infinita, inacabable.

Acaso entenderemos ahora mejor que la aspiración intensa, la apertura anímica y la entrega de todo nuestro ser a lo divino son más que actitudes menores. Acaso ahora dejaremos de dudar de la importancia de la paz del corazón y el silencio de la mente como una manera de establecer el fundamento firme capaz de acoger e integrar la semilla de lo sagrado en esta nueva especie que nuestros ojos anhelan ver... y ser.

En este sentido, nos ha de resultar obvio que el yoga integral no es una camino

particular que se opone a los demás, no es una secta o una escuela que cree que tiene la verdad de manera exclusiva, no es una teoría especulativa que lucha por imponerse en el panorama cultural -si bien, a veces, algunos devotos poco cuidadosos lo puedan convertir es esto. Es un mapa cosmográfico y psicográfico, una cartografía de la conciencia y de la evolución cósmica, una invitación a compartir el movimiento global de la realidad, una bendición ofrecida en nuestro tiempo que requiere corazones abiertos y mentes que caminen en la lucidez silenciosa.

Notas:

(1) Sri Aurobindo dedicó importantes "comentarios" creativos a cada una de estas obras: El secreto de los Veda, La filosofía de las Upanishad y Ensayos sobre la Gita.

(2) Una visión equiparable a esta visión de la Individualidad eterna, ecciedad, Ángel de la Presencia o polo celeste de la individualidad humana, puede encontrarse en el místico y filósofo sufí Ibn Arabî. Una excelente presentación la podemos encontrar en la obra de Henry Corbin La imaginación creadora en el sufismo de Ibn Arabî, Barcelona: Destino, 1993. Ved, también, Williams C. Chittick, Mundos imaginables: Ibn al-Arabî y la diversidad de las creencias, Sevilla: Mandala

(3) La noción de la Shakti divina, la Madre divina, la Inteligencia creadora, puede compararse, o quizás equipararse, como el "equivalente homeomórfico", a la Shekinah, por un lado, al Espíritu Santo, por otra.

Vicente Merlo

Traducción del catalán: Arantza Corrales.

MERLO, Vicente. El ioga integral i supramental de Sri Aurobindo y Mirra Alfassa, en VV.AA. La diversitat del ioga. Coordinación de Marta Granés. 1ª edición. Barcelona: Viena Edicions, 2008. 192 págs. Colección Helios. ISBN 978-84-8330-489-I

Vicente Merlo es doctor en filosofía y ha vivido varios años en la India estudiando su cultura así como el pensamiento hinduista -sobre todo las escuelas filosóficas modernas, de Aurobindo o Muktananda, por ejemplo.

---

---

## El buda de la silla

Se dice que esta Era tendrá su propio Buda, otro de esos maestros que de vez en cuando se compadecen de nuestro despiste vital y nos recuerdan por dónde va el camino y a quienes, según donde nazcan, se les venera sin más o se les crucifica primero. La tradición le llama "Maitreya", que viene a significar "compasivo" y lo representa sentado en una silla, razón por la que se opina que este futuro buda será occidental. Pensaba en ello al leer las aventuras de Albert Casals, un chico de dieciocho años que desde los catorce dedica sus vacaciones a recorrer el mundo como a él le gusta, que es solo, sin dinero y en la silla de ruedas

a la que está unido desde una temprana enfermedad.

En "El mundo sobre ruedas" (Ed. RM), Albert nos cuenta sus viajes con la excitación alegre y la confianza en la vida que se atribuyen a la infancia y que tanto añoramos de adultos a pesar de las muchas excusas con las que justificamos su abandono. Los padres de Albert, sin embargo, no le han engañado con ellas porque su amor es más grande que su miedo. Y por eso han logrado no sólo que él sea plenamente feliz haciendo lo que ha venido a hacer, sino que nosotros podamos darnos cuenta, al leer su historia, de la distancia que hemos puesto entre nuestra natural tendencia a la felicidad y nuestro actual día a día: un dato muy útil para empezar a acortarla si queremos.

"Buda", entre otras cosas, significa "feliz", como "beato". Y cualquiera que haya sido feliz alguna vez sabe cuánto tuvo que ver ese momento con la aceptación gozosa y confiada de lo que la vida le daba. En el caso de Albert, una silla con ruedas para recorrer el mundo. Un regalo que podría malinterpretarse como una desdicha, como hacemos tantas veces con lo que se nos concede. Por eso, quizás la clave de la felicidad perdida esté en volver a mirar lo que somos y lo que tenemos con la benevolencia del compasivo, ese sentimiento que surge cuando humor y amor están en juego. Si Albert ha podido hacerlo, tal vez nosotros debamos .

Luisa Cuerda

Blog de Luisa Cuerda

---