

El Enamorado

Cuando uno crece y se hace adulto debe tomar decisiones. La vida implica una toma de posición. Conseguir una dirección determinada que le dé fuerza a nuestro impulso es el resultado de una criba vital. A menudo inconscientemente nos subimos a un tren con un destino determinado, y esto implica que otros trenes con otros destinos queden fuera de nuestro alcance.

Pero ahora, teniendo en cuenta el arcano número seis del Tarot de Marsella, nos encontramos en una encrucijada nada fácil de sortear. El muchacho joven, símbolo de la incipiente conciencia, que representa tanto a hombres como a mujeres, está en un conflicto, duda por dónde debe caminar.



El camino de la derecha donde se encuentra una mujer mayor, supuestamente la madre, representa lo conocido, tan conocido como lo es el entorno familiar. A “eso” que es conocido se le llama a menudo creencia, tradición, sentido común o la acción conveniente, pero en realidad es el viejo impulso a la seguridad.

Por contra, el camino de la izquierda, representado por la joven, aparentemente la amada, representa lo desconocido, lo nuevo, lo ignoto que está más allá de nuestro horizonte vital. Es el amor que inflama nuestras pasiones, es, sin lugar a dudas, lo potencial.

Y qué curiosos que esa contradicción, esa indecisión se plasme tan claramente en el enamorado. La cabeza mira hacia la derecha mientras el cuerpo se inclina hacia la izquierda. La mano de la madre es muy clara, se apoya en el hombro, allí donde las responsabilidades hacen mella. "No seas alocado, hijo" pareciera decir, piensa, razona, medita antes de actuar. Sin embargo, la mano de la amada le toca el corazón y parece decirle "haz lo que tu corazón dicte", sigue tu impulso, tu corazonada.

Está claro que el dilema está entre cabeza y corazón, o lo que es lo mismo, entre razón y sentimiento, entre seguridad y descubrimiento. No obstante, aparece un elemento nuevo, otra mano, no sabemos bien si de él o de la amada señala su vientre. Y en el vientre, claro está, el deseo empuja, se abre camino. En la discordia también está el animal interno que reclama su dosis de placer.

Pero no nos olvidemos que desde las alturas, Cupido, siempre tan informal, dispara flechas de amor que atraviesan corazones. Si bien el muchacho en la oposición cabeza-corazón estaba paralizado, cuando se siente atravesado por esa fuerza divina que se llama enamoramiento se atreve, por fin, a dar un paso adelante hacia lo desconocido. Bajo el señuelo del amor, con el motor del deseo, en la embriaguez del enamoramiento intuye su chispa divina.

Probablemente el muchacho en esa borrachera del amor no ve la realidad que tiene delante. La amada real será sólo el soporte de esa idealidad que busca realizarse, la proyección de sus propias carencias, el

objeto de un deseo profundo o la sensación de incompletitud camuflada en el ideal romántico de la media naranja.

Quién sabe si es la misma vida la que trampea nuestra visión, un mecanismo inteligente de la mente profunda que nos hace percibir fuera lo que es puro espejismo de la misma manera que el sediento ve un oasis en pleno desierto cuando en realidad no hay más que pura arena. En todo caso Eros nos recuerda que a veces somos tocados por la gracia divina. El enamoramiento nos dice que también somos hijos de los dioses; que más allá del tú a tú hay un dios y una diosa que dialogan en otro lenguaje.

Tan desastroso resulta olvidar nuestra naturaleza divina como olvidar la terrenal. La decepción sobreviene cuando disipado el brebaje del enamoramiento, descubierto el juego de sombras del embeleso nos encontramos delante de un hombre o mujer con su desnudo real, en su hacer errático y en su crisis existencial.

Nos habíamos olvidado que nadie se enamora desde la fuerza de su razón sino desde el anhelo de infinitud del alma. Es cierto que no podemos encerrar en jaulas de oro a los amorcillos que disparan flechas porque lo divino no puede ser cosificado. Cuando se desvanece la pasión, cuando somos incapaces de sublimar nuestras necesidades quedamos delante del otro y se abre sorprendentemente la posibilidad de amarlo. El enamoramiento nos había acercado al otro más allá de lo establecido por costumbre y ahora, una vez despiertos, tenemos al alcance una intimidad y un lenguaje, tenemos caricias y ritos, tenemos, es cierto, un desconocido delante nuestro pero

con la huella indeleble de nuestro mundo afectuoso.

En el enamoramiento nos enamoramos de nuestros sueños, en el amor propiamente del otro. En el enamoramiento sólo hay un eco donde se resalta nuestra propia voz interna, en el amor aparece el reconocimiento de lo otro, de lo diferente y extraño. Acoger eso extraño es hacer un hueco en el propio corazón. Reconocer lo ajeno es la grandeza de lo humano porque en esa acogida nos hacemos más grandes ahí donde nuestro horizonte vital se amplía. En el enamoramiento uno sólo se ve a sí mismo, idealmente completo, en cambio, en el amor aprendemos a amar lo estrictamente humano. Aparece la comprensión, el diálogo, la escucha y la compasión, la solidaridad y el reconocimiento.

Sabiamente la vida nos había empujado unos pasos más allá enseñándonos la zanahoria del amor erótico o tal vez platónico. Aprovechar ese movimiento del alma para salir de las propias estrecheces del carácter es propio de la madurez. Convertir al otro en enemigo porque ya no es soporte de ninguna idealidad o porque no resiste nuestras proyecciones nos habla de inmadurez.

Cierto que Don Juan buscaba a la mujer con mayúsculas aunque confundiera a menudo amor por placer, pero esa mujer ideal que buscaba a través de las innumerables mujeres le cegó precisamente para descubrir las infinitas formas que adopta la mujer en su terrenalidad. Buscando al arquetipo no vio que lo invisible se encarna en la mujer visible, y tal vez no quiso aceptar (no el Don Juan Tenorio, personaje literario, sino los muchos donjuanes que lo encarnan) que

el buscador también era de carne y hueso, en la aceptación relajada que los hombres y mujeres morimos pero no los arquetipos.

Tomar el camino de la derecha en el símbolo del Tarot puede resultar mortífero pues lo seguro sólo es una imagen temerosa ante lo real, y lo real habla en lenguaje de impermanencia. Apostar por lo conocido es otra forma de muerte al no reconocer que todo lo que nos rodea por dentro y por fuera es misterio.

Ahora bien, tomar el camino de la izquierda puede llevarnos a perder nuestro eje vital y abocarnos a un mundo de pasiones que nos vampiricen. Y es que el laberinto del enamoramiento puede ser fascinante pero no es tan seguro que sepamos recomponer más adelante el puzzle deshecho. Porque no se trata de elegir por elegir sino de entender desde dónde elegimos, qué criterio utilizamos, cuál es nuestro impulso de crecimiento.

Si no nos escuchamos profundamente, la decisión puede ser errada independientemente que giremos a la derecha o a la izquierda. La pregunta reside en considerar qué camino a elegir en el que no me sienta traicionado. Claro que ese camino tiene que tener corazón pero tal vez no es el corazón que nosotros habíamos fantaseado. Ciertamente que la vida siempre que encuentre algún rescaldo de ilusión y de anhelo nos empujará hacia lo nuevo pero si ese paso lo damos sin consciencia saldremos de la cárcel de lo seguro para meternos en el barrizal de la improvisación.

Ni el camino fácil donde obviamos un esfuerzo necesario pero tampoco el difícil que nos llevaría a un vivir al filo de la

existencia, en la embestida de la temeridad o en el sobreesfuerzo rígido. No obstante tenemos la posibilidad de elegir en la confluencia entre la razón y el sentimiento sin olvidar nuestras sensaciones e intuiciones. ¿Cómo se hace? haciendo alquimia, la ascesis de hacerse a sí mismo aprovechando las encrucijadas en las que nos pone la vida.

Julián Peragón

Práctica con corazón

Todo el despliegue de técnicas y métodos, toda la sabiduría de las tradiciones antiguas no tendrían sentido sino hubiera un espacio de práctica donde “realizar” los objetivos propuestos.

Es cierto que las disciplinas de uno u otro signo nos recuerdan, tal vez por nuestra educación escolar, un sentido del deber, una posición férrea, a veces, un tanto rígida. Y lo cierto es que, sobre ésta, nos hemos rebelado tantas y tantas veces.

Cuando se parte desde fuera, cuando la práctica se convierte en un deber, en una exigencia externa o interna aquélla pierde fuerza. Será imposible superar el atolladero del camino porque en el fondo uno está dividido, hay una práctica pero todavía no es “nuestra” práctica.



Uno puede dominar las técnicas propuestas llegando incluso al virtuosismo pero eso no asegura que nuestra disciplina tenga alma. En cambio, si tuviéramos claro que somos una semilla llena de potencialidad intentaríamos a través de la tierra y la humedad, el sol y el aire convertirnos en ese árbol que somos.

Seríamos agraciados si sintiéramos esa curiosidad por descubrir lo que de nuestras infinitas posibilidades puede ser desplegado. En ese despliegue la vida pone un tanto y nosotros otro tanto porque al otro lado de nuestro impulso descubrimos, ciertamente, una resistencia. De esa resistencia es de la que tenemos que hablar. De los obstáculos con los que nos encontremos en el camino.

Patañjali (siglo II) magistralmente enumera nueve obstáculos que van desde la falta de perseverancia a la duda, desde el exceso de complacencia a la fatiga, la pereza o la enfermedad, entre otras. Obstáculos que seguramente todos nosotros hemos conocido en nuestras carnes.

Es cierto que el cultivo de la voluntad nos ayuda a ir por encima de excusas y contratiempos. La voluntad nos dice "mis raíces son fuertes y cualquier vendaval de las situaciones de la vida no me va a mover de la dirección tomada". Ahora bien, basar la práctica sólo en la voluntad nos hace fuertes pero rígidos, sólidos pero pesados.

La voluntad abre las puertas pero después es el apasionamiento el que debe hacer el trabajo. La clave está en entender profundamente lo que estás haciendo hasta el punto de amarlo con todo el corazón. Y no hay fuerza tan penetrante como el amor

por lo que uno hace. Pero claro, a amar se aprende amando y el amor es algo diferente de la voluntad, no se puede forzar ni programar. Podríamos decir que en parte todas nuestras estrategias en la práctica son una manera de crear unas condiciones adecuadas para que prenda ese apasionamiento.

Este apasionamiento está señalado en la tradición del Yoga como tapas, calor interno, energía intensa que se despierta a raíz de una ascesis. Es ese calor interno bien dirigido que hará de purificador y de desbloqueador de los posibles obstáculos. Se puede decir que necesitamos un plus de energía para iniciar un largo camino de transformación. Por seguir con la imagen de la semilla, un invernadero creará las condiciones de calor, entre otras cosas, donde la semilla crecerá con fuerza.

En realidad el camino que iniciamos tiene un precipicio a cada lado del sendero por lo que hay que caminar con seguridad y atención. A un lado tenemos el meandro de nuestras circunstancias, la complejidad de la demanda social, el ritmo frenético de la modernidad. Un ritmo que no nos deja tiempo para la práctica tranquila y silenciosa, un trabajo que nos obliga a ser competitivos y a producir al máximo, una burocracia que roza lo absurdo y un mundo relacional múltiple pero, simultáneamente, muy frágil.

Al otro lado, el laberinto interno de las inercias internas. Sobre éstas los yogasutra de Patañjali enumeran cinco impedimentos que merece la pena señalar. La ignorancia que nos impide conocer la realidad adecuadamente; el ego prepotente que nos trae confusión de valores; el deseo desmedido que va en busca de una felicidad

ilusoria; las aversiones irracionales que nos limitan hasta no dejarnos vivir y las inseguridades ante lo nuevo y desconocido que pueblan nuestro mundo interno de sospechas que no son más que un miedo a la muerte.

Que nadie se llame a engaño, la tradición marca nítidamente un camino largo y difícil. Los obstáculos están claramente delimitados. Para tener éxito nuestra disciplina tiene que encaminarse hacia una práctica sólida en el tiempo, con constancia, sin interrupciones, con actitud positiva, con apasionamiento, y que sea inteligente para sortear los obstáculos de la mejor manera. Cualidades de la práctica que son del sentido común puesto que todos entendemos, por poner otro ejemplo, que un buen músico se hace a golpe de práctica asidua y una enorme entrega a su pasión. Entre todas destacaríamos algo que a veces pasa desapercibida, y es que esa práctica tiene que ser inteligente, así como un barco tiene que tener trazada una ruta si queremos llegar a buen puerto.

Esa inteligencia lo primero que discrimina es que la práctica no es la vida sino la posibilidad de vivirla con más intensidad. No vayamos a hacer una sustitución irreparable. Luego hay que buscar objetivos deseables y nuevamente habrá que diferenciar entre objetivos que colman las expectativas de un ego que quiere, por ejemplo, tener más poder, más control o sentirse superior, de aquellos otros objetivos que reclama la vida interior como pueden ser, una potenciación de nuestros mecanismos de salud, una mayor capacidad de centramiento o una conexión cada vez más nítida con la totalidad que nos envuelve y

sostiene. Si los objetivos son del alma habrá verdadera nutrición.

A menudo nos olvidamos de plantear nuestra práctica desde una escucha profunda. ¿Qué necesito en este momento? ¿Qué necesito, por ejemplo, tonificar, flexibilizar o relajar? ¿Qué debo centrar, orientar, comprender? ¿Qué medios tengo para ello, cuánta energía dispongo, si mis circunstancias son adecuadas para esto ahora? Hay que ir progresivamente hacia nuestros objetivos de la misma manera que hace un alpinista, por etapas. Teniendo en cuenta el tiempo atmosférico, estudiando la cara de la montaña por la que se pretende llegar a la cumbre. Esto es, midiendo los esfuerzos sin olvidarnos de un elemento fundamental, el desapego.

Es posible que a pesar del esfuerzo, siguiendo con el ejemplo anterior, tengamos que volver al campamento base. Y es que en nuestra práctica no todo depende de nosotros. No somos un mecanismo de engranajes perfectos. En el misterio en el que nos desenvolvemos la gracia desciende o no, no depende de ti. La práctica es un apoyo pero no es un boleto seguro. Lo único que podemos es sentir que hemos hecho un buen trabajo y que ese trabajo estaba hecho de todo corazón, desde la escucha, sin pretensiones, animados por lo que reclama la vida, por el despliegue de nuestra potencialidad. Y al final, qué cabe decir, no es nuestra voluntad sino otra voluntad la que decide.

Julián Peragón

El silencio fecundo

Es cierto que no es lo mismo un silencio forzado que otro querido, un silencio que se mantiene gracias a la sujeción de la lengua o al nudo en la garganta que el silencio que sobreviene sin esfuerzo. El auténtico silencio no es la represión de la palabra sino la escucha de lo profundo que anida en uno, de la hondura del alma. Si recordamos la experiencia infantil de tirar una piedra al pozo hasta oír el eco del agua en las profundidades veremos que esa espera, aunque fugaz, era silencio. Mientras la piedra cae al pozo se abre en tu interior un hueco de igual dimensión. Cuando estalla la piedra en el agua no hay ya pensamiento sólo estremecimiento como los fuegos artificiales que iluminan el silencioso cielo nocturno.



Decía Raimon Panikkar que el silencio es uno y las palabras muchas. Las palabras señalan, describen, diseccionan, analizan y juzgan eso que tenemos ahí delante, esa realidad vista como objeto. Las palabras cosifican porque esa es su naturaleza y al objetivar el mundo crea una aparente dualidad objeto-sujeto. La palabra es una espada de doble filo, por un lado comunica pero por otro distorsiona lo que se siente o piensa. Ilumina lo suficiente para no perdernos en la realidad que nos envuelve pero, por otro, esconde a menudo el reverso de esa realidad. Despeja lo que tenemos delante, pero simplifica, llama la atención sobre algo pero lo contamina con sus

categorías.

En cambio el silencio une y repara, cose las costuras que previamente el mundo ha deshilachado y aplaca la agitación de esas aguas emocionales o aquellas tormentas mentales que la fricción con nuestra realidad produce. El silencio lame las fronteras donde la experiencia corretea segura y nos abre a un horizonte inmenso, ignoto, desconocido. El silencio, qué duda cabe, deja que esas otras voces, pequeñas, casi insignificantes, remotas, geniales o locas hablen. El silencio es una invitación a ampliarse y a percibir en esa ampliación un universo más íntimo, cercano a otra piel que no por lejana fuera menos propia.

Sentencian los taoístas que aquellos que hablan no saben. Nos recuerdan los masai que si no sujetamos nuestra lengua, ésta nos volverá locos. Y en cierta medida sabemos de la incontinencia del habla, de las trampas discursivas, del que habla pero no dice nada, del poderoso hipnotismo de la habladuría o del rumor. Mentiras y engaños que tanto daño hacen.

Patañjali nos recuerda en los yogasutras la importancia de cultivar satya, sinceridad. Utilizar la palabra justa, aquella que ilumina aunque para ello tengamos que trabajar nuestra propia honestidad. Decir la verdad pero sin herir porque muchas heridas son zarpazos de verdades dichas a destiempo, sin tener en cuenta la realidad del otro. Si se nos permite, diríamos que cada palabra tendría que salir del silencio, aprovechar ese sendero frágil que va de la cabeza al pecho para que en la intersección de cada palabra haya un trocito de corazón. Compasión necesaria para que el mundo no regrese como tantas

veces a la barbarie.

Con el silencio recabamos en la certeza, largamente intuita, de que ya está todo dicho, y de que añadir más palabras no resuelve a menudo el problema. A través del silencio se nos permite compartir un estado del ser, en realidad otro lenguaje que dice mucho. Y es curioso que tengamos que callarnos para volver a desnudar la realidad que frecuentemente se ahoga con nuestro discurso. El sabio ha aprendido a sacar fuerzas del misterio que precisamente el silencio rescata.

Tal vez el monje se retira del mundo para que en el silencio de su celda su plegaría vaya directa a lo divino. Sólo cuando el silencio deja de ser un silencio formal, sólo cuando se acalla el juicio interno, el abismo que se abre es fecundo, y en esa fecundidad todo vuelve a ser lo que era.

Julián Peragón

A través de la sombra

El punto de partida es precisamente este momento, este ahora para cada uno de nosotros. Un aquí y no un allí, un ahora y no un antes o después, es decir, nuestra realidad sin maquillaje ni fantasía. Aunque, a decir verdad, para la mayoría de nosotros el punto de partida es

precisamente la dificultad de saber en qué punto nos encontramos.

Por así decir, hemos perdido el mapa y primero hemos de encontrarlo antes de empezar a caminar. Sin brújula iremos desorientados, sin mapa no sabremos desde dónde marcar el itinerario, sin un equipo adecuado no llegaremos lejos. No está mal reconocer que ese punto de partida es exactamente una cierta confusión o desorientación, una mayor o menor irrealidad en nuestro proyecto vital o un nivel de sufrimiento más o menos camuflado. Reconocer esto es realmente un paso de gigante en nuestro crecimiento personal.



Todos hemos pasado, y seguimos pasando, por la etapa de “la inconsciencia de la inconsciencia” donde atados a la rueda de la vida somos arrastrados por las circunstancias, persiguiendo la suerte o evitando la desdicha, fascinados por la zanahoria como ideal inalcanzable que tenemos delante o temerosos del castigo del palo ejemplificado como nuestras evitaciones, en definitiva, empujados por el deseo o golpeados por el destino. Etapa inconsciente donde no hay una clara conexión entre motivaciones y circunstancias, acciones y reacciones, deseos y resistencias, donde un mundo interno va a la deriva y otro externo es despojado de toda medida.

Sea como sea, uno se da cuenta que el sufrimiento no es un castigo de dioses o un revés ciego del porvenir sino que tiene unas raíces. Darse cuenta es entrar en la etapa de “la consciencia de la

inconsciencia", algo así como mirar debajo de la alfombra o sacar a la luz lo que habíamos guardado en el armario. Mirar de pleno nuestras compulsiones no es precisamente una alegría. Ver nuestras dependencias o reconocer nuestros autoengaños nos produce temor. Llevar la mano de la conciencia a la espalda y encontrarnos con una cola de diablo (imagen que nos da el esoterismo) no es nada consolador.

La sombra que nos habita (hablando en términos junguianos) es inmensa pero lo terrible no es su oscuridad sino nuestra fantasía acerca de ella. La sombra es amenazadora porque diluye las fronteras de ese personaje social que hemos construido y con el que nos identificamos. Pero en realidad la sombra es el verdadero aliado que nos susurra que somos mucho más de lo que imaginábamos, que las fronteras entre uno y el otro y con el mundo son puro miedo a disolvernó. La sombra nos recuerda que el misterio no puede ser amordazado, reprimido o negado, pues tarde o temprano «eso» que hemos olvidado o marginado de nosotros mismos tomará su propia venganza.

El mito nos recuerda que el monstruo encerrado en el laberinto reclama el sacrificio de jóvenes inocentes periódicamente. Esa sangría inhumana sólo se puede parar entrando en el laberinto y matando al monstruo contrahecho de cabeza de toro y cuerpo humano. Un engendro que insinúa que "algo" perverso ha cambiado el orden natural. Después el mito nos recordará sabiamente que sólo el amor podrá restablecer el orden perdido.

Atravesar el laberinto es hacerse cargo de la propia sombra, de los meandros por donde

circula nuestra mentira, de la cárcel que impone nuestro poder. Y sólo la búsqueda de la verdad nos acercará al centro, a un encuentro cara a cara con la otredad que nos vive, disfrazada de ferocidad pero que en el fondo es la máscara contrariada de nuestra inocencia.

Cuando uno reconoce que sí, soy egoísta, sí, soy manipulador, sí, camuflé mis intenciones, sí, quiero poder a toda costa, sí, hago un cálculo en el amor, sí, me creo superior y mejor que los demás, sí, sí, sí, entonces, paradójicamente, se abre la puerta del cielo. No sólo porque el camino al infierno esté empedrado de buenas intenciones, es que la virtud sino es un gesto espontáneo es en realidad una tapadera de nuestra sombra.

El primer paso hacia la virtud no es un movimiento de elevación sino de descenso. El árbol debe profundizar en sus raíces si quiere airear sus ramas en el cielo. Tenemos que desenmascarar al ego, bucear en la sombra hasta desactivar el mecanismo involuntario de defensa ante un dolor muy viejo, un sufrimiento no aceptado ante la carencia, la incompletitud, la falta de amor, la certeza de la muerte.

Desactivar el mecanismo automático que llamamos neurosis es, por fin, aceptar lo real, la vida y la muerte, el placer y el dolor, el encuentro y la despedida. Aceptar que nuestro control es muy limitado, que en nuestras decisiones decidimos más bien poco, que al amor no sólo nos enfrentamos con grandeza sino con especulación. Comprender que no estamos seguros de casi nada, que hemos aceptado como bobos muchas verdades que en el fondo no son más que rumores, consignas de una sociedad uniformadora y

coercitiva.

Justo cuando uno ha tocado fondo, cuando la máscara se ha resquebrajado, el batiscafo de nuestra consciencia toma impulso de elevación. Porque en la sombra también habita en nuestra locura creativa, nuestra originalidad, nuestro coraje, nuestra rebeldía ante una nueva imposición, nuestra capacidad de entusiasmo y apasionamiento. En la sombra descubrimos que no somos normales porque el alma y su proceso son únicos e irrepetibles, que a pesar de algunos condicionamientos transmitidos por nuestros padres y educadores hay una chispa de lucidez que sabe reconocer lo esencial, una intuición que acierta con el camino a seguir.

Qué paradoja, en la sombra descubrimos que también está la luz. Vivimos en la penumbra del ser porque el miedo a la muerte es simultáneamente un miedo a la vida. El miedo a la sombra es un temor a la luz, o dicho en otras palabras, la sombra es la resistencia a la luz cuyo brillo destapa nuestros asideros de la dependencia, una luz que tememos que nos desvele, vulnerables, inocentes. inseguros, con conciencia de la culpabilidad y, como no, mortales. Aunque en el fondo esa luz, luz de la consciencia, nos recuerde que en nuestra esencia somos inmortales.

Ahora bien, ¿quién quiere cargar desde la tímida conciencia oral con el peso infinito de la inmortalidad? Por eso decimos que la sombra es la resistencia a la luz, y en últimas, no existe como tal. No es más que luz condensada, energía bloqueada, atención dispersa. Basta la llama de una vela para disolver toda la oscuridad de una habitación, basta un darse cuenta para que

el proceso de deshielo se inicie, para que el síntoma no tenga donde agarrarse para mostrar su enfermedad.

Decíamos de pequeños, ¿quién se atreve a pasar por el pasillo oscuro?. Y ¿quién, de nosotros, quiere atravesar el túnel de nuestros miedos?. De entrada, nadie, a menos que uno conecte con «algo» mayor que le empuje a dar el primer paso.

Julián Peragón

7 niveles de conciencia

1 nivel

Nacemos en medio de una sociedad, dentro de un grupo, en medio de una familia. De entrada ese es nuestro soporte fundamental, la raíz a partir de la cual nos sostenemos. Vemos y sentimos a través de los filtros culturales de nuestro grupo que nos presta una personalidad de entrada y unas consignas a seguir.

La ley del grupo es la ley de la SEGURIDAD, una primera necesidad. Más allá del grupo está la “muerte”. Es como si el individuo que todavía está por hacer no existiera en esta dimensión. O eres del grupo, o no eres. El ostracismo, la indiferencia, la marginación, el rechazo, la acusación, el

estigma son terribles para cualquiera.



Sin embargo, la persona en esta búsqueda de seguridad habrá de pagar un precio importante, ¿sumisión al grupo, estabilidad normativa, acatamiento de creencias? Es cierto que si uno no quiere ver más allá de esta ley, si se queda atrapado en este nivel, podrá caer en el infantilismo (la sociedad como algo paternalista), o en la irresponsabilidad (hago lo que todos hacen, porque me lo han mandado), o en el anonimato y la anomia (Sentimiento de alienación o desesperación como resultado de pérdida o ruptura de valores en una sociedad o grupo. También estado de falta de normas dentro de grupos sociales o sociedades), si no soy aceptado.

Ahora bien, hay que sanar por un lado este nivel y trascenderlo por otro. Sanarlo en cuanto uno agradece todo ese soporte que el propio grupo da, la base de nutrición y educación que nos ha permitido crecer. Hay que honrar a la propia familia porque de alguna manera (consciente o inconscientemente) uno ha retomado un legado, pero más allá de mi familia, todas las familias, todos los grupos, la humanidad. Alguien inventó la rueda, muchos crearon civilizaciones, útiles de vida, para mí, para nosotros.

Y en la prolongación de ese legado está la vida, en este nivel estamos conectados a la fuerza vital, fuerza que nos hace sobrevivir, que nos empuja hacia delante, que nos hace huir o defendernos con una fuerza inusitada. Tenemos en nuestros genes una respuesta adaptativa que viene de

nuestros ancestros.

Pero también hay que trascender. El grupo te ha dado un lenguaje, unas técnicas pero nosotros hemos venido no sólo para ser testigos sino para hacer algo con ello. Es aquí donde vamos al segundo nivel.

2 nivel

La ley de la tribu le pide al individuo que regenere la sociedad, sus estructuras y sus valores. En este segundo nivel está la reproducción ya sea de hijos, necesidades materiales o estructurales.

El ardid para esta reproducción se llama placer. Podemos decir que la fuerza instintiva nos utiliza para reproducirnos y nos da migajas de placer. En este nivel está el descubrimiento del mundo instintivo de la persona y de sus necesidades básicas. Así pues el cumplimiento de estas necesidades nos da energía y fuerza para vivir pero también nos las puede quitar. Las adicciones hacen claudicar al individuo y las inercias nos impiden ver claro.

La sexualidad vista de forma compulsiva nos lleva a una profunda insatisfacción. Aquí, el otro, es mero soporte de mi deseo. La ley del deseo nos dice sanamente "a disfrutar de la vida" pero sabemos que no nos podemos quedar atrapados en este segundo nivel tanto en su defecto, represión, el tabú y la falta de vida, de deseo, como en el exceso, erotización y vampirismo.

La ley en este segundo nivel es la del PLACER, necesario para sustentar al ser que hay detrás. La verdad a comprender es que

todos nos necesitamos mutuamente, todos somos interdependientes que es diferente del ser dependiente.

En esta comprensión de que es ser humano es un ser necesitado sobreviene, para trascender este nivel, el respeto por el otro y la comprensión de su necesidad. Respeto también a la promesa que hacemos con el otro cuando lo enfocamos con nuestro deseo.

El dinero como el sexo son energías muy potentes que pueden hacer sucumbir al individuo hasta hacerle perder el alma, es decir, los niveles superiores.

3 nivel

La ley de la tribu te da seguridad y te pide reproducción a través del deseo y el placer., pero te pide algo más: lleva un poco más lejos la ley tribal y conquista nuevas parcelas de bienestar para ella.

Ahora se impone el descubrimiento de la propia ley. No basta con seguridad y placer, hace falta PODER, poder personal en la propia vida. Poder para poner límites claros y evitar la confusión. ¿Dónde estoy yo, y dónde tú? Poder para persistir en mi deseo, poder para conquistar, para proteger, para mantener lo conquistado.

Aquí el centro no está en la tribu sino en el Yo. Antes era "Yo soy como Todos", ahora "Yo soy Yo". Se busca la autonomía, la independencia, la capacidad de manejarse en el mundo que nos circunda.

Pero el ego en su propio poder se queda encerrado en su propia soledad. Estar sólo

ante un universo vacío e incomprensible. Por eso el reto en este nivel es superar el terror de estar solo. Manejar las riendas del poder para que el poder no te esclavice, para que el poder no impotente. Hay que superar el individualismo y el deseo de poseer, la ansiedad que ello produce. Trascender este nivel es respetarse uno mismo y en las propias decisiones. Pero estas decisiones sanamente tienen que provenir de otro nivel.

4 nivel

Aquí se impone un salto de nivel. Hasta ahora el Yo no se ha visto más que a sí mismo. Ha visto a la madre, al amante o su territorio como prolongaciones de sí mismo pero ahora aparece una frontera desconocida. En los tres niveles anteriores se ha creado el sostén y la estructura del individuo, pero esa estructura está vacía. En este nivel aparece el vínculo con el otro y lo otro. La verdad que descubrimos aquí es que no estamos solos, que no somos seres aislados sino relacionados, profundamente interconectados. Por supuesto, el riesgo en este nivel es quedarse en la manipulación de este mundo relacional. La trascendencia es claramente encontrar una ley superior que es la ley del AMOR.

En esta ley hay un reconocimiento del otro como otro y por tanto, la escucha real para que el otro entre y enriquezca sin miedo lo que yo soy. Ahora el otro es un ser humano con su parte física y su parte espiritual. Ya no es una prolongación de lo que yo soy ni mero soporte proyectivo de mis miedos y

mis culpas.

Para no quedar atrapado en el laberinto relacional tienes que estar puro de corazón, libre de interés. Y eso supone que los niveles anteriores están plenamente satisfechos.

En cada nivel hay un veneno, aquí la incapacidad de perdonar, la espiral de odios y resentimientos. El antídoto son la esperanza y la confianza que nos abre a un nivel superior.

5 nivel

Más allá del vínculo, más allá del abrazo con lo que nos rodea hay que darle matices, o dicho de otra manera, hay que darle profundidad.

Nuestra expresión propia, nuestro razonamiento debe ser vehículo de la consciencia para que el vínculo amoroso no se encharque. Pero si la razón nos rescata de la omnipotencia del amor quizá nos mete en otra emboscada, las falacias de los argumentos, las cegueras de las grandes visiones.

Por eso, aquí lo importante es la entrega de mi pequeña voluntad a una voluntad superior. Lo que he creído que era sea ha quedado pequeño y por eso aparece, ante el estremecimiento de lo que me rodea por fuera y por dentro, la invocación, el canto.

La palabra ya no puede ser la expresión de una pequeña visión sino el vehículo de una alabanza. No puede dejar de expresar un anhelo hacia esa Realidad que lo

interpenetra todo. No utilizo la palabra para añadir más ruido, más confusión sino para despejar y poner luz que disuelva la oscuridad.

El veneno es establecerse en la mentira, en el poder de la palabra que vende sueños irreales, pero su antídoto es el establecerse en la VERDAD, intuir la misión que nos tiene deparada la vida.

6 nivel

La invocación del nivel anterior prende aquí en sabiduría. Aquí aparece la ley de la VISIÓN pero es una visión sin juicio, es una visión directa. No es un mero mirar sino una mirada que llega al corazón de las cosas, una mirada que discrimina entre lo superficial y lo esencial, una mirada que no está ni fuera ni dentro, ni en el detalle o lo global, pues está más allá, no tiene fronteras.

Ser sabio es ser maestro en la comprensión del sufrimiento y sus raíces, saber de la ilusión del deseo. En este nivel uno esta en medio del mundo pero libre de sus ataduras. Aquí la acción o la oración se convierten en contemplación. Podemos contemplar la maravilla de la creación y entender su plan divino.

La mente y su proceso especulativo está superada por una intuición que es como un rayo de conocimiento que irrumpe en la oscuridad y desvela todos los contornos del ser y de su vestidura que es el universo. Uno no trata de dar respuesta al misterio sino de vivirlo intensamente. En una gran receptividad se puede canalizar lo sagrado

como aquello que está preñado de ser.

El veneno aquí sería el estar sumergido en la propia visión y no saber bajar a la realidad de la vida, al bullicio del mercado.

7 nivel

En este nivel uno ya no es uno sino múltiple. El Yo de la tribu, el ego personal se han transformado, cualquier amago de individualidad se ha doblegado delante de la Realidad profunda que se vive. Yo ya no soy Yo sino Eso, esa chispa del espíritu.

De la visión sabia pasamos a la realización, la culminación de nuestro propósito secreto. La Realidad desnuda se manifiesta como un eterno Ahora y la Creación se vuelve una danza de formas. No hay separación, uno es con el Alma del Mundo en continua evolución. A través del nosotros el Espíritu se hace consciente de Sí Mismo. Por eso esta ley es la ley del ÉXTASIS donde hay la comprensión de que la muerte no existe, sólo hay vida, sólo Ser.

Julián Peragón

Recetas de amor: A ti, Deseo

A tí, Deseo:

Hablar del deseo es como hablar de la lluvia que tarde o temprano viene como una sombra anunciada desde el horizonte. Y cae, más fuerte o más liviana pero cae. Te puede pillar de improviso o desprevenido pero siempre moja porque esa es su naturaleza.

El deseo es a la vida lo que el latido al corazón, esto es, un impulso que se alimenta del reposo, un flujo que necesita el reflujo, en definitiva, un ir para poder volver. El deseo pujante, intrépito, compulsivo y urgente recuerda la otredad del vacío, la nada y la eternidad de la muerte. Es un grito que libera el silencio de la noche o la luz que ilumina las oscuridades del alma.

No en vano Eros y Thanatos mantienen un diálogo eterno donde el discurso de uno es la salvación del otro, y los éxitos y triunfos de uno de ellos colman, secretamente, los anhelos del otro en este reloj interminable del tiempo vivido.

De la nada surge una estrella que más tarde explotará como una supernova, de la cáscara vacía surgirá un brote tierno y del fango una miríada de vida. Por algo el deseo eriza el pavo real y mantiene erguido o terso el sexo.

¿Quizá el deseo es un fuego que destruye todo lo viejo, una quemazón que disuelve las falsas verdades, una hinchazón que pone en jaque las buenas costumbres o un atrevimiento que eclipsa las mediocridades y las sonrisas dominicales?. Porque el deseo no se vende en el Rastro ni está

oculto en los más bellos escaparates, ni sabe de trapicheos clandestinos. El deseo es como la llama que no se mezcla como el agua en el barro, que no atiende a razones, que no sabe de fronteras ni de límites aconsejables. Se desea y punto.

Se desea y se desea. Se desea hasta que pasa la tormenta, hasta que amaina el temporal, hasta que los dramas se representan y lo reprimido se exorcisa. Hasta que nos lanzamos al abismo sin fondo, hasta quedar ahítos, saciados, exultantes, desgarrados. Deseamos hasta morir para que lo gastado dé paso a lo nuevo, y los colores vuelvan a lucir como colores y las sensaciones recobren la intensidad que les corresponden, hasta que el cielo azul brille con la intensidad que otrora se había vuelto opresiva. Se desea hasta que el cometa haya desplegado toda su estela plateada y los fuegos artificiales den las últimas tres salvas, hasta que los grillos vuelvan a su rutina y el otoño, cabizbajo, atesore sus recuerdos estivales. Se desea porque se desea, y punto.

El deseo es turgente pero también esquivo, aparece y desaparece por antojo, por azar o tal vez por destino. Y el destino que todo lo trama, que hace los guiones más desesperados, prepara los encuentros. Y a lo mejor, nos pone a ti y a mí frente a frente y nos ata en el roce de una mano o en una mirada furtiva. Después pone el reloj en hora y se va a sus aposentos a urdir nuevas escaramuzas tras cálculos astronómicos con las estrellas y la eclíptica, con los husos horarios y las almas descarriadas que quieren ser fecundas. Cálculos que están en el aire que respiramos, en las hojas dormidas de las

novelas, en las esquinas de todos los cruces por donde pasamos como si tal cosa.

El deseo es así, informal, travieso e insaciable. Y cuando uno y otro no aceptan su juego se va a otra parte. Por eso el deseo nunca es propio, pasa como pasa la vida, como corre el río. Y nosotros, pobres mortales, sólo podemos verlo correr, acaso zambullirnos en él, jugar breves momentos de eternidad con el juguete de los dioses que quema pero también ilumina. Pero cuidado, al deseo no se le puede exigir ni más ni menos, forzarlo en una dirección u otra, de la misma manera que ningún niño puede contener el ancho mar con una muralla de arena. El deseo es, y punto.

Y nosotros dos, con entrada de platea o anfiteatro, de ocho a diez de la noche, podremos, tal vez, ver la función. Quizá con nuestras mejores galas, con ritos de amor complicados o en un acceso de pasión detrás de la puerta. Incluso podremos poner el cartel de no molesten, gracias, y ensayar la cara de bobos o de cómplices. Podremos hacer química con las sensaciones, comer pasteles de nata, iluminarse con la redondez de la luna, gestar historias interminables y hacer poesía con el croissant con leche, pero el deseo viene o no viene y no le importa que el champán ya no esté frío.

Con todo, avisados por el recuerdo, sabemos que el deseo no mueve al mundo, antes lo renueva. Y quizá, seamos conscientes de que el deseo, como todo, pasa, y no seremos nosotros los que le digamos adiós, al contrario, es él el que nos despide con un ramo de flores y una tarjeta que dice: «Lo real pervive en el corazón de cada uno, el deseo es un pez que se muerde la cola.

Hasta pronto»

Y uno y otro, frente a frente, con el desayuno frío, extenuados del esfuerzo realizado, lánguidos y pensativos ante la noticia, sentiremos el vacío insalvable que hay entre estrella y estrella. Aunque puede que intuyamos que gracias a la cola del pez, éste se mueve y por eso está vivo y coleando. Puede que en la refriega pasional, casi sin darnos cuenta, hayamos subido un buen trecho de la cumbre desde la cual el horizonte aparece inmenso y los problemas cotidianos, allá abajo, pequeños e insignificantes, tal como son en realidad. Puede que la sonrisa aparezca en el semblante y en el corazón mil agradecimientos porque si bien, el deseo es un dios arrogante, un Dionisios ebrio de placer, nosotros somos los únicos que podemos darle vida, que podemos representar la comedia o el drama aún con nuestras imperfecciones e inseguridades.

Aunque no te lo creas el deseo sin nosotros es un mero arquero sin diana, un niño con la pelota colgada, un río sin desembocadura, un ocaso sin horizonte, en fin, un fuego fatuo.

Julián Peragón

Recetas de amor: Bodas divinas

Con luna llena, cuando el sol se ha ocultado y deja tras de sí una hora violeta encuéntrense en secreto hombre y mujer para unirse en el ritual del maithuna.

Se exigirán intensa atención y entrega, con deseo y recíproca admiración. Después del baño ritual mutuo y de perfumar el cuerpo con almizcle en el pubis y pachuli en mejillas y senos, se harán un masaje distendido en todo el cuerpo.

Se vestirán con los colores tántricos, ella de rojo como su sangre y él de blanco como su semen. En la penumbra de una habitación cálida, iluminada con velas, habrán rosas rojas, incienso y música.

Sin olvidar telas, cojines y espejos. En una bandeja de porcelana o de plata tendremos buen vino, algo de carne, pescado y cereal, una jarrita de agua y una almendra con su piel. Elementos que representan al universo, desde el fuego al aire, desde la tierra al agua.

En la unión sexual, ella será la diosa, Shakti, él su dios, Shiva. Ambos celebrarán las bodas divinas en el juego eterno de la energía y la consciencia. Meditarán en la luz y los sonidos, en el sabor y los aromas. Cuando ella cierre los ojos, él la envolverá con su mirada. Cuando lo haga él, ella sensibilizará su piel con delicadas caricias.

Llenarán las copas y beberán aspirando previamente el aroma del vino. Tomarán en forma ritual la carne, el pescado y el cereal intercalando el vino. En ese momento meditarán sobre la energía kundalini y su

ascensión desde la base de la columna hasta la punta de la lengua.

Enjuagándose la boca beberán agua. Él tomará la almendra y le dará la mitad a Shakti como símbolo de que la dualidad del mundo no es más que pura apariencia. Después él danzará ante ella como Nataraya, el danzarín cósmico.

Ambos se tenderán en el lecho uniendo su respiración, lenta y profundamente, en un estrecho abrazo. La mirada en el otro aspirando de su boca el aliento, las manos entrelazadas, el pene parcialmente introducido. Ella contrayendo su vagina succionará dulcemente el pene, él permanecerá pasivo.

Sentirán crecer una marea de sensaciones agradables, el calor aflorará en el pecho, la excitación sexual se irá transformando en un destello luminoso sin eyaculación. Desaparecerán él y ella en pos de un tú inmenso, se vaciarán sus cáscaras humanas para llenarse de infinito. La alegría y el amor serán como torbellinos, la paz interior dará paso al sueño reparador.

Julián Peragón

Recetas de amor: **Hambre de piel**

Hambre de piel

Si cree que se podría comer una piel inmensa, bronceada y turgente, con millones de poros que exhalan voluptuosidad utilice su imaginación en la relación sexual y conviértase en un ser diminuto para poder correr a lo largo de la espalda infinita de su pareja, y resbalar entre sus senos, escalar a lo largo de sus cabellos y después de la lucha con su lengua, reposar acurrucado en el nido de sus genitales.

Lenguaje

Ella pasará repetidas veces al baño en medio de la gente y dejará caer sobre usted su fugaz mirada (estoy aquí, ¿me ves? querrá decir). Usted tendrá que encontrar el momento adecuado para abordarla, sonriendo, con la cabeza ladeada, las manos relajadas y diciendo algo intrascendente (no soy peligroso, estará diciendo). Ella posiblemente llevará sus manos a su melena larga y recogiénola en un moño, mientras enseña su cuello la dejará caer (soy vulnerable y apetitosa), por supuesto, usted tendrá que tener una actitud juguetona y ser dicharachero (tiene recursos, es sociable). Uno de los dos encenderá un cigarrillo o se morderá los labios, o mirará fijamente... A quién le importa que la música esté tan alta.

Protobesos

En la fiesta más concurrida elija al hombre más atractivo, cuando la ocasión se preste, dígame al oído que es antropóloga. No le diga que la antropología es el estudio del ser humano y sus circunstancias ni que, lo que pretende de verdad, es hacer un viaje a «lo otro» para comprender «lo propio». Dígame solamente que está haciendo un

estudio de campo de las concurrencias entre la vida del hombre y la vida del mono. Enséñele cómo se tocan los chimpancés, cómo se hurgan buscando piojos saltarines en la cabeza. Muéstrela la dentadura en señal de amistad y todo el jolgorio gutural que los caracteriza. Pero sobre todo enséñele cómo ellos se dan unos protobesos muy monos y sugerentes.

Niágara

Descuelgue el teléfono y caldee el cuarto de baño. Túmbese en la bañera y regule el chorro de agua caliente a su gusto. Que caiga desde la altura y que encuentre todo abierto a su paso. Deje que la presión del agua lo haga todo, que el chorro se convierta en cascada y hasta en catarata. Que las neblinas del baño sean tropicales y sus gemidos de placer se confundan con los de la misma selva virgen.

La Gruta

Si te encuentras ante el Cuarto Misterioso en el Valle Sombreado; si estás frente la Puerta de Jade ante la Perla; o en la Gruta del Placer con el Loto; o bien ves la Grieta Dorada, el Hongo Púrpura, el Crisol, el Diamante Negro. Si reconoces la Flor violácea, la Anémona, la Copa de Miel, la Concha y la Lira, entonces, no dudes, guarda reverencia pues es la entrada al Altar Sagrado.

Anahata

En el corazón de cada amante hay un loto azul de doce pétalos. Los que al amar consiguieron atravesarlo se fundieron en los lagos, jugaron con las nubes que pasaban, se acomodaron en los perfiles lejanos. Una brisa los descubrió entre el follaje, varias estrellas los siguieron imantadas, bastó un soplo al oído para

devolverlos al pecho más cercano.

Préstamo

Si su pareja le deja no se aflija más de la cuenta. El banco de la inmensidad del universo retira a veces sus préstamos para invertirlos en mayores potencialidades. No se queje ni se victimice, agradezca lo que tuvo y cuente sus intereses. Hay una gran inversión por delante.

Díselo, ¡hombre!

Es evidente que la quieres, que ella también te quiere, aún más, que se muere por tí. Pero no lo sabes, tu inseguridad te mata, hombre. Eso sí, crees que ella sabe que tu la quieres pero desconfía y por eso se muestra reservada. Tú no sabes que ella sabe que tú de verdad no sabes que ella no se muestra reservada sino expectante y espera una muestra clara de tu amor. Tú, es cierto, no quieres invadirla, ni que te confunda con gestos fáciles o que quieras comprar su amor; te imaginas que ella considera que un hombre debe ser fuerte, dueño de sí mismo... y ... y ...¿a qué esperas, hombre?, díselo ya.

San Valentín

Cuando llegue el día señalado no le compre un nomeolvides ni una cartera de piel, no acuda al recurso de los bombones ni a las tan manidas florecillas. En el día de los enamorados regáله vida.

Cuando haya aceptado la venda en los ojos acaricie sus oídos con sonidos tiernos, busque sabores exóticos o agridulces, regáله olores voluptuosos o afrodisiacos, investigue con las sensaciones cambiantes en las zonas más sensibles de su piel desnuda.

Solución

Cuando la lujuria le lleve a un apetito desmedido o cuando la necesidad de poder y conquista le haga humillar a cualquiera, aplíquese la siguiente solución: unos gramos de contención voluntariosa, tres onzas de ternura, una arroba de escucha respetuosa que antecede al amor, diez libras de esa debilidad de chico tempranamente robada, mucha cabeza y toneladas de sabia inocencia. No olvide aplicar allí donde la coraza es más dura.

Julián Peragón

Recetas de amor: Entre amores

Campo de aterrizaje

Será la espalda de ella como una pista de aterrizaje, sus pechos y vientres como colinas y valles, su cabello como la espesura del bosque, sus nalgas, dunas veteadas por el viento. Desde la altura circunde el territorio, divise oasis, desniveles del terreno, confluencias de planicies. Si algo aviva su curiosidad, aterrice y despegue infinitas veces.

Atracón

Que no haga nada, que sólo se tumbe en las sábanas y flote como en un mar tranquilo. Que sea tan flexible como la arena tibia y cierre, sobre todo, los ojos. Dése todo el tiempo y toda la premura; todo para usted de pies a cabeza. No déje ni una pulgada

sin saborearla. Afortunadamente, él no tendrá derecho a decir... nada. ¡Hummmgnm!

Del fango

Recorran valles y montañas y encuentren algún lago perdido. Entre cañaverales, el lodo amasado por el tiempo. Con la solana revuélquense en el fresco barro hasta el cuello, orejas y frente. Hagan risas de homínido a homínido, jueguen a estatuas naturales, hagan masajes de alfarero. Cuando en reposo el sol agriete la arcilla ya seca recuerden que las inmaculadas flores de loto nacen del más puro fango.

Declaración de amor

¡Oh! Julieta, ¡Oh! Romeo. ¿No es verdad ángel mío que el amor nos atraviesa para dejarnos después heridos de por vida?. Amor mío, siento decirte que lo que más amo no está en ti pues grandes idealizaciones me mueven, sueños arquetípicos me desvelan. Sin embargo es gracias a ti que puedo amarlos, gracias por estar ahí y por esa disponibilidad y entrega acierto a amarte a ti, tal como eres, sin confundirme. Mi corazón me dice que lo que yo amo es más grande que lo que tú y yo somos juntos, mi cabeza me dice que tú eres la más preciada elección de mi vida. La punta de mi flecha busca dianas en el cielo pero el arquero que soy se reconforta con el arco que tu ser me posibilita. Por eso te quiero.

Oración

Completamente desnuda ante un gran espejo, sacralice el cuerpo. Toque sus cabellos y sienta que son antenas que captan vibraciones; espumas desatadas que cabalgan sobre la ola del cuerpo; aureola seductora de energía vital. Déje que los dedos recorran los pabellones

de las orejas y diga que sus oídos son caracolas marinas que recogen los susurros necesarios del amor.

Toque sus ojos que son la luz del alma y que captan las formas sinuosas del cuerpo, las partes secretamente escondidas.

Acaricie la nariz que percibe antes que la forma la esencia, que deja entrar sin moralidades las fragancias voluptuosas que encierra cada rincón excitado del cuerpo.

Resiga la esponjosidad de cada labio que conjuga en cada beso pasión y ternura, y sienta la lengua que cómplice de aquéllos estimula recovecos insospechados. Lengua donde todos los hilos invisibles del cuerpo están atados.

Junte las manos en señal de oración. Dedos que gracilmente transforman la masa amorfa de sensaciones planas en aguas cantarinas de nuevas sensibilidades. Manos que esculpen olvidadas turgencias.

Palpe también los pezones que son estremecimientos de sendos volcanes. Y los senos que son promesas de placer, cabecera de dioses, sueños de leche y miel.

Redondee su vientre que es ante todo misterio, entrañas sabias cual tierra fecunda y recóndito ombligo donde todo tiende a centrifugarse.

Sienta las nalgas, cercano contrapeso y agarre de amantes; redondeces simétricas con despensa.

Toque el sexo y sienta los estratos de labios en sonrisa generosa y la húmeda acogida virtual que protegen. Acaricie su clítoris, efervescencia de placeres que las rugosidades envuelven; propio tesoro también de amantes expertos.

Y no se olvide de los pies que se arquean de puro placer componiendo arpegios con los mismos dedos.

Del cuerpo sagrado haga un templo de amor,

y de la fugacidad de la vida un arte para los abrazos. Ore en cuerpo y alma.

Julián Peragón

Aflicciones en el camino



COMENTARIO:

Ayer vi en Dvd una película de Bahman Ghobadi, "Las tortugas también vuelan" y quedé impactado por utilizar una palabra amable. La saco a colación porque este director muestra con crudeza extrema el sufrimiento. Un chico mutilado, su hermana preadolescente y un niño pequeño llegan a un centro de refugiados kurdos en la frontera con Irak. La hermana fue violada por soldados iraquíes y el niño pequeño con problemas oculares es su hijo al que llama bastardo y que termina por hundirlo en el lago y suicidándose después. El chico mutilado junto con los otros niños de la región se gana la vida desactivando bombas antipersonas que hipócritamente occidente compra después de habérselas vendido a dictadores de la región. Un negocio redondo. La película está ficcionada pero

evidentemente es un calco de la realidad.

Estos niños, estas gentes sufren, y la guerra, las culturas reaccionarias y los intereses geoestratégicos marcan sin duda sus destinos. Hay muy poco margen para la libertad, y no digamos para la felicidad. Sufrimiento es sufrimiento sin maquillajes y no el grano en el culo que nos incomoda al sentarnos en nuestro apoltronado sofá occidental.

Sufrimiento es un sentimiento de limitación tal que no vemos salida, una constricción del Ser, un ahogo existencial, algo que no nos deja respirar, vivir, en definitiva ser. Y pareciera, al hilo del ejemplo que he puesto, que el mal, valga decir, la limitación está en las circunstancias adversas y ya sabemos que no, al menos desde un forma absoluta, desde la comprensión que nos proporciona Patanjali, la raíz del dolor está en una visión ilusoria, deformada, sesgada de la realidad. Pero ¡ojo! no nos confundamos.

El que nos instalemos en el mundo con una visión estrecha del mismo, un traje hilvanado con unos pocos respuntes de racionalidad o de sentido común no le quita al mundo su crudeza ni su contundencia. El mundo duele tal como el adoquín en la cabeza, la pérdida de un ser querido o la soledad no elegida. El dolor es consustancial a la vida.

No es regateando con el mundo ni desvalorando sus circunstancias como nos iluminamos. Es algo más. Es la dificultad en saber dónde estamos lo que alienta el error y sus consecuencias dolorosas. Lo difícil es permanecer ante las circunstancias adversas y no llevarnos a

engaño, no pedir a la realidad lo que ésta no puede dar. Aceptar la realidad y simultáneamente no rendirse. Fácil de decir ¿verdad?

Para leer bien el mundo, despacito y con buena letra hay que mirarse en él sin distorsión. El espejo nuevo que hemos comprado sin tiempo a que se acumulara el polvo muestra nítidamente la imagen, pero el espejo de nuestra mente condicionada tiene demasiado polvo. De tal manera que en realidad no vemos el mundo, nos vemos, sin saberlo, a nosotros mismos proyectados allá afuera. Establecemos diálogos para sordos, monólogos de 24 horas con la realidad sin posibilidad de diálogo. ¿Por qué? Porque hay miedo a la existencia, porque lo otro es tan cuestionador que corroe nuestros cimientos, porque, en definitiva, indagar en la lógica del mundo es desmontar la propia ficción.

Podríamos decir que en avidya hay una pereza en ir más allá de lo inmediato, más arriba de la percepción subjetiva, más al interior de lo socialmente aceptado. Temerosos de ser señalados, estigmatizados o tomados por locos nos acostumbramos a un prêt-a-porter alienándonos de lo que originalmente somos, de nuestra propia unicidad. Y eso nos hace sufrir.

Asmita es el sombrero de prestigio e importancia que se coloca el ego. Es el envoltorio de celofán que colocamos a nuestros queridos pensamientos como si éstos tuvieran alma, cuando en realidad nuestro pensamiento en la gran mayoría de circunstancias es meramente estéril, rumores de ecos percibidos en la lejanía. Pretensiones de control o seducción que arremetiendo contra la roca dura de la

realidad nos hiere.

Todos hemos nacido con medio mapa de un tesoro dibujado en la palma de la mano y pensamos que el otro medio está en la estela que dejan los gustos y regustos que encontramos en el camino cuando en realidad está grabado en el corazón. Raga o la búsqueda compulsiva del placer (y su correspondiente apego) nunca ha allanado el camino de la felicidad aunque haya calmado la ansiedad momentáneamente. Querer llenar los huecos del alma con golosinas del mundo es de insensatos.

Y al contrario, retraerse de la vida porque en su momento no nos dio lo que quisimos o nos hizo daño en el sitio más sensible provoca sequedad, tristeza y rencor. Las heridas cicatrizan y en el mejor de los casos se llevan encima como recuerdo de que caminar por los lindes de la vida comporta riesgos que hay que asumir. Dvesa, las aversiones son territorios escondidos a la luz del día que no han querido madurar y que tarde o temprano supuran un dolor que no se ha sabido cortar.

La promesa de la seguridad es un constante en nuestra sociedad porque demasiados viven a costa del miedo. Aprender a reconocer que la vida es insegura, que nos movemos en la incertidumbre y que la belleza tiene el don de la fugacidad es enraizarse en lo más profundo. Abhinivesha es ese miedo a desaparecer instigado por el ciego instinto de la supervivencia. Por eso que de tanto querer vivir le cortamos las alas a la criatura por temor a las caídas, y si el pájaro no se lanza al vacío, de seguro, que no vuela.

Es importante saber dónde estoy con

respecto a esa tosca ignorancia y cuáles son los frutos de sus cuatro hijos en mí. Sin asustarse, sin reaccionar, sin poner ni quitar nada a la medición de nuestro dolor. Porque el mensaje de Patanjali es esperanzador, hay una PRÁCTICA que podemos llevar a cabo para reducir esas aflicciones. Una práctica que por otro lado debe ser como mínimo inteligente, progresiva y permanente. Una práctica que debe ir de la mano con un fuerte sentimiento de desapego porque a medida que la práctica da resultados, éstos pueden reactivar paradójicamente aquello que pretendía eliminar. Si te sientas para conseguir calma, cuando la consigues pues te pones una medalla y te sientes orgulloso de haber conseguido semejante meta. Somos así, la debilidad es nuestra naturaleza.

En este sentido Patanjali además de darnos un Yoga de los ocho miembros nos da un Yoga menor que se aplica perfectamente al Yoga de la vida, de la acción a la que estamos todos sometidos, el Kriya Yoga. Tapas, Svadhyaya, Ishvara Pranidhana tiene que ver con la voluntad, la inteligencia y el corazón, respectivamente.

La acción, lo sabemos, es un vínculo con el mundo pero de doble filo, lo mismo nos libera de lo estrictamente terrenal como nos ata y nos esclaviza. Si la acción no es realizada con determinación, con sentido y hecha de todo corazón dejará una estela de interés, error o egoísmo, que como nos dice el karma se volverá en contra nuestra para repetir la enseñanza no aprendida. En eso estamos.

Estamos en que no somos dueños de nuestros actos ni siquiera de nuestro pensamiento. Hay una mano izquierda que no controlamos y

una sombra que proyectamos. Hay una inconsciencia que no queremos asumir y ese es nuestro drama, no somos completos. La idea de que hay un camino por transitar es una celebración porque nos marca una posible, entre otras muchas, salidas al plus emocional y psíquico con el que teñimos el sufrimiento. Que en ese camino habrán interrupciones debe ser realista. En mi caso, por poner el ejemplo que más a mano tengo, Avirati y Prâmada, distracción y prisa, se convierten en interrupciones de ese andar firme y sosegado, anhelo de mi práctica. Tenerlo en cuenta me ayuda enormemente. Cada uno debería tener claro sus propias interrupciones que, lógicamente, forman parte de la práctica.

Esos niños kurdos arrojados a la miseria de la guerra también están dentro nuestro. Dentro mío hay un niño mutilado y dentro tuyo hay una niña violada por la barbarie humana. Aunque tengamos manos sanas muchas veces no sabemos manejar nuestra vida, no atinamos a coger las riendas y a dirigir el carro con la sabiduría que ya nos ha dado la vida. Alegrémonos porque el sufrimiento nuestro y por ende el de los que nos rodean tiene que ver con la transformación de nuestro sentir, de nuestro pensar, de nuestro coraje en ser lo que somos. Y esto es posible. Sin duda.

Julián Peragón
