

### EL RETORNO DE LA ESPIRITUALIDAD

La espiritualidad es la transformación del individuo en amor. Para un místico, entendiéndolo por tal cualquier ser humano comprometido con una práctica espiritual no-dual, la vida convencional no deja de ser más que una forma de vida patológica. Al contrario, la búsqueda de bienestar o normalidad según criterios puramente psicológicos conduce a un dualismo imposible de trascender. Se etiqueta a la gente de histérica (demasiado expansiva) u obsesiva (demasiado encerrada); se diagnostica paranoico agresivo o esquizoide desconectado. Cuando decidimos salir del etnocentrismo de la psicología científica nos damos cuenta de que, como señalan las tradiciones unitivas, en el mundo convencional todos los seres humanos sufrimos. Puede ser que el científico reduccionista y el Buda se encuentren ante el mismo vacío pero, mientras que el primero, probablemente, sentirá náuseas el segundo sonríe.

Parece que, de nuevo, mucha gente emprende una búsqueda espiritual como una forma de realizarse psicológicamente pero lo cierto es que existe un gran peligro de que, la mayoría, sólo consigan justificar sus rasgos neuróticos con argumentos espiritualistas.

Algunos de estos buscadores lo hacen en el ámbito de las religiones organizadas y las vías místicas tradicionales. Otros, fuera de marcos institucionales aunque lo hagan

tomando asiento sobre prácticas salidas de una vía tradicional: retiro, peregrinaje, oración, meditación, ejercicio psicocorporal, técnicas artísticas, etc. Sin embargo, las dificultades y los callejones sin salida son numerosos y muchos encallan en el intento. La principal dificultad radica en que tanto la realización psicológica, de la personalidad y del inconsciente, como la realización espiritual son etapas distintas y diferentes del mismo proceso.

Algunos obstáculos pueden resultar reconocibles. Por ejemplo, hablar de espiritualidad desde un punto de vista puramente intelectual, sin partir de experiencias o prácticas personales concretas. La espiritualidad se convierte así en un juego intelectual en el que es fácil ser crítico amparándose en el tipo de mentalidad reduccionista y materialista imperante. En la espiritualidad auténtica, la experiencia es previa a la racionalización. Es fácil ser crítico, pero igual de fácil es ser hipócrita, hablar de la espiritualidad con elocuencia y explotar, para beneficio propio, el aspecto misterioso y la búsqueda ingenua de la espiritualidad. Se puede ser un gran especialista en mística comparada y desarrollar elaborados discursos sobre la relación de Oriente y Occidente, y tener sólo referencias librescas.

Frente a estas posturas, más activas, encontramos actitudes perezosas y mediocres. Personas que han sido educadas en una tradición religiosa y se limitan a cumplir rutinariamente con los preceptos doctrinales, sin ninguna interrogación sobre lo que hacen o lo que dicen creer.

Otra interpretación interesada de la espiritualidad la encontramos en las actitudes narcisistas que se aferran a la fórmula que dice "todo está aquí ya" como una justificación para todo lo que hacen y dicen. Para estos, que creen estar en posesión de una verdad incuestionable, no hay que esforzarse por conseguir nada y las cosas han de llegar y producirse milagrosamente. Carecen de compromiso y entrega a un camino de cuestionamiento constante que implica esfuerzo y, porqué no decirlo, sacrificio.

También encontramos a los "campeones", esos que entienden la espiritualidad como una competición en la que hay que ser el más rápido o el más tozudo. Suelen provenir de la Psicoterapia y el Desarrollo personal. Quieren ser los mejores o, simplemente, están guiados únicamente por la idea de mejorar. Además, están los que impulsados por una curiosidad cuasiparanoica han recorrido todas las vías y conocen todas las respuestas pero, todo ello, puesto al servicio de la protección de su ego.

Por supuesto, encontramos también en la espiritualidad la actitud consumista. Los interesados en todos los objetos que rodean la espiritualidad. El viaje interior se ha convertido en un mercado donde se encuentran todo tipo de máquinas y aparatos para ir más deprisa, sin esfuerzo, con garantías. Música, incienso, velas, gongs, viajes al desierto, seguir al gurú-charlatán por todo el mundo, etc.

Cada día es más frecuente encontrar personas que manifiestan haber aniquilado su ego y ser seres iluminados. Generalmente son personas que han tenido una experiencia. Una experiencia momentánea de

felicidad o trascendencia. Si profundizamos un poco encontramos que esa experiencia llegó después de una depresión o un trauma importante al que, evidentemente, se denomina “noche oscura del alma”. Esa experiencia se identifica con la experiencia suprema y última. Sin embargo, en la senda de la espiritualidad nunca se llega al final. Desgraciadamente, la fascinación que provocan este tipo de personas hace que muchos otros les sigan y contribuyan al desarrollo de gurús paranoicos que viven apegados y dependientes de su poder y de la adulación de los otros. Carisma y sabiduría son fáciles de confundir y acaban confundiendo al interesado y a sus seguidores. A nadie le interesa la persona paciente, humilde, modesta, compasiva, atenta, generosa, cuya única misión es vivir en el amor desinteresado y hacer lo que puede por los demás. Por eso es tan difícil reconocer a un verdadero místico, un sabio, un ser espiritual.

### **ESPIRITUALIDAD Y PERSONALIDAD**

La espiritualidad parece ser, más bien, una superestructura que no se instala en el individuo hasta que tiene el convencimiento de que los placeres sensoriales y las relaciones convencionales no le harán salir del sufrimiento. Pero, esa superestructura, se sustenta en una estructura personal con rasgos psicológicos bien definidos que se resistirán a ser trascendidos y justificarán la elección de una vía (o de una actitud frente a la vía) que perpetúe la propia estructura.

Por ejemplo, el que vive en un estado de indiferencia elegirá la vía del desapego. Nada le resultará más fácil que relativizar

todo. Sin embargo, los deprimidos tomarán la vía de la renuncia o de la aceptación de la pérdida, cronificando ese sentimiento pero elevándolo a la posición de condición espiritual. Los que se autodesprecian, desvalorizan o, simplemente, se odian, tenderán a la vía de la humildad. La “muerte del ego”, es una idea muy sugerente para los suicidas, y una justificación para las personas con un núcleo psicótico de la personalidad.

Existe mucha personalidad inestable, que no puede construir una familia, un perfil laboral o profesional, una identidad fiscal o una presencia social en la comunidad o municipio en que vive o, simplemente, que le molesta el éxito social y que adopta la vía del espíritu errante. Se siente libre cuando, en realidad, no puede comprometerse.

El que tiene miedo de los otros y desconfía de la vida se convertirá en eremita. Su verdadero objetivo es el aislamiento. Para él, el encierro es una elección espiritual. Al contrario, el predicador itinerante hablará de la apertura para huir de su claustrofobia.

Los que tienen tendencias dominadoras y orgullosas suelen conseguir puestos de responsabilidad en órdenes religiosas o grupos espirituales y acaban identificando su rasgo con el grupo para el que trabajan, sintiéndose heridos, por ejemplo, cuando se ataca a su grupo, cultivando así el fundamentalismo.

Encontramos personalidades delirantes detrás de muchos libros pretendidamente espirituales. Conversaciones con dios, con los ángeles, con los espíritus, con los

extraterrestres. Los que oyen voces, tienen apariciones, trances, fenómenos de posesión. En vez de escuchar a su inconsciente y elaborarlo internamente o con ayuda de alguien, lo propagan como intuiciones o premoniciones espirituales. Confunden la pulsión con el “maestro interior” y convierten en translación lo que necesitaría sublimación.

### **DOS CALLEJONES QUE CONDUCEN AL VACIO**

La acedia es una pérdida de motivación, una desafección, que reconocemos en muchos buscadores que, después de grandes esfuerzos sirviendo a los demás e introspeccionando con ahínco, caen en las garras de la indiferencia. Acedia es el nombre antiguo para la inestabilidad psíquica y espiritual que marca el estado depresivo, es abandonarse a la depresión, una especie de dimisión, de rechazo a seguir esforzándose. Aburrimento, disgusto, laxitud, imposibilidad de mantener la atención, rechazo a la situación actual, así se ha definido la depresión. Si a eso le añadimos la inquietud, la ansiedad o la angustia, el cuadro está completo. En un marco espiritual, tristeza, acedia, depresión, son considerados tentaciones.

El ascetismo, como práctica espiritual sana, es un proceso experimental que usa la no evitación del displacer para comprender el sufrimiento. Cuando se ciñe a esto, nos hace más humanos, eleva el nivel de satisfacción con la vida y rompe barreras en los niveles más profundos de nuestra mente. Cuando no se practica con esta perspectiva degenera en algo patológico: el extremismo, que puede dañar el cuerpo y hacer más frágil la capacidad de

concentración de la mente; el machismo espiritual, por llamarlo así, que busca alcanzar los niveles máximos de capacidad de soportar dolor; y el masoquismo espiritual, en el que hay una exposición al dolor provocada por el convencimiento de que uno es merecedor del sufrimiento. La satisfacción se deriva, entonces, de cumplir con el impulso de proporcionarse dolor a sí mismo.

La práctica ascética, tiene, como cualquier otro sistema disciplinario, un revés que la convierte en doblemente peligrosa. El que la practica puede darse a un tipo de complacencia dolorosa. El dolor se convierte en la prueba de amor. No se abandona la posición de merecedor de castigo y la buena idea de olvidar el ego se transforma en no poder pensar en otra cosa que en un cuerpo martirizado. En el hinduismo, por ejemplo, se puede encontrar, también, la diferencia entre el tapâsvin o asceta que vuelve su agresividad contra él mismo, y el jîvan multa o liberado en vida, que consigue el esfuerzo sin esfuerzo.

El vacío depresivo y el deseo de vacío son ideas muy sugerentes para justificar el nihilismo y el relativismo occidental. Sin embargo, el vacío es la más angustiosa de las experiencias humanas mientras que la Vacuidad es la plenitud de la que surgen todas las formas.

### **LA ESPIRITUALIDAD ES ENTREGA NO CONQUISTA**

La confianza en la vida o fe va desplegándose desde una forma fija en la que el deseo se impone a la realidad (el deseo de ser como Dios o de que Dios sea para mí), hacia una confianza profunda en que las cosas son como tienen que ser independientemente de mi posición personal

en ese ordenamiento de la realidad, desde el fundamentalismo a la ecuanimidad, desde una forma de omnipotencia encubierta a una entrega sin condiciones.

---