

Centro simbólico: Josep Rosich



Abbá Deb

Ba
sh
ma

ia (ABUNA DI BISHEMAYA),
así es como empieza el
Padre Nuestro en la lengua
Aramea, lengua utilizada
por el Maestro. Su
traducción contiene
diferentes significados,
uno de ellos puede ser «Oh
Fuente del Fulgor,
danzando en y alrededor de
todo lo que es”.

Así la Fuente que vemos quiere acercarse a
este concepto, todo viene y todo es la
Fuente. Ella es el Centro.

Simbolismo que nos ofrece el Olivo:

Los mitos en torno al olivo, tuvieron
origen en aquella lejana época en que los
hombres se fueron asentando y creando
ciudades en torno al Mediterráneo.

Algunos ejemplos de estas relaciones
mitológicas son:

Egipto:

Los egipcios atribuían a Isis, esposa de
Osiris, dios supremo de su mitología, el
haber transmitido a los hombres este árbol
sacralizado, su forma de cultivo y la
utilización de sus frutos.

Fenicios:

Tanto en la religión fenicia como en la cananea, los cultos a los dioses estaban dominados por las preocupaciones agrarias. Se les pedía protección para que concedieran a sus fieles, trigo, agua, aceite, vino y miel y había fiestas que correspondían al ciclo agrícola de la siembra en primavera, la cosecha en verano, la vendimia en otoño, y la recogida de la aceituna y prensado para la obtención del aceite en invierno. Había una historia legendaria, un mito, para cada lugar sagrado y para cada acto sacro.

Griegos:

Cuenta la leyenda que Atenea y Poseidón se disputaban la soberanía de la ciudad, y esta disputa fue llevada al tribunal de los dioses. Estos decidieron conceder la ciudad a quien produjera la mejor obra. De un golpe de tridente Poseidón hizo nacer de la roca un caballo. Atenea, con un golpe de lanza dado en el suelo, hizo brotar un olivo cubierto de frutos. Los dioses deliberaron en el Olimpo, y Atenea obtuvo la victoria.

Cécrope, fundador de Atenas, bajo los sabios consejos de Atenea hizo la primera poda del olivo: "Toma tu podadera, todo lo que le quites a la madera, se lo darás al fruto, pero hazlo con discreción..." Por gratitud a la diosa, la nueva ciudad implantada en una roca inexpugnable se llamó Atenas.

El olivo tiene, por todas las cualidades que reúne, una gran riqueza simbólica reconocida desde hace siglos.

Inmortalidad: porque vive, da fruto, y se renueva desde hace miles de años. En el

Antiguo Testamento, los hijos felices del padre fecundo se comparan a los renuevos de olivo.

Paz y reconciliación: Noé lo llamó signo de la alianza entre la naturaleza y el hombre al ser el olivo el árbol que no pudrieron ni dañaron las aguas después del diluvio.

La paloma, con la ramita de olivo en el pico, ha quedado como símbolo imperecedero de este hecho.

En la Eneida, Virgilio también lo utiliza como símbolo de paz y acuerdo.

Cuando Jesús entró en Jerusalén, el pueblo judío salió a su paso con ramas de olivo, poniéndolas a sus pies.

Resurrección y esperanza: Después de que Jerjes incendiara la Acrópolis y su olivo sagrado, cuando los atenienses entraron de nuevo en la ciudad, no había más que un montón de ruinas, pero el olivo sagrado del templo de Erección había crecido un codo en la primera noche, imagen de la rapidez con la que el pueblo de Atenas, lleno de ímpetu, iba a renovarse lleno de esperanza.

Fuerza: es un árbol capaz de resistir las más duras condiciones de sequía y de pobreza del terreno.

La maza de Hércules era de madera de olivo y de ella salían raíces, que se convertían en árbol, cuando se clavaba en el suelo.

Sabiduría y virginidad: al tomar los atributos de la diosa Atenea.

Fertilidad: para los helenos, los descendientes de los dioses nacían bajo los olivos, por lo que las mujeres que querían

engendrar, dormían bajo su sombra.

Victoria: Atenea le otorga este atributo al salir victoriosa de su lucha con Poseidón.

En las fiestas Panateneas, a los vencedores en los juegos, además de coronarlos con ramas de olivo, se les concedían toda la cosecha de aceite que se obtuviera en las plantaciones del Atica consagradas a Atenea

Encontraremos también simbología en los pétalos de rosa, en la circunferencia de la fuente, el cuadrado de los olivos, la vela, el agua...

El Padre nuestro en ARAMEO

Es de esta oración que derivó la versión actual del «Padre

Nuestro», la oración ecuménica de ISSA (Jesucristo).

Ella está escrita en arameo, en una piedra blanca de mármol, en

Jerusalén / Palestina, en el Monte de los Olivos, en la forma que

era invocada por el Maestro Jesús. El arameo era un idioma

originario de la Alta Mesopotamia (siglo VI ac), y la lengua usada

por los pueblos de la región.

Jesús siempre hablaba al pueblo en arameo.

La traducción del arameo al español, (sin

la interferencia de la

Iglesia), nos muestra cuan bella, profunda
y verdadera es esta

oración, acorde con el Maestro Jesús.

» Padre-Madre, respiración de la Vida,

i Fuente del sonido, Acción sin palabras,
Creador del Cosmos !

Haz brillar tu luz dentro de nosotros,
entre nosotros y fuera de

nosotros.

para que podamos hacerla útil.

Ayúdanos a seguir nuestro camino

Respirando tan sólo el sentimiento que
emana de Ti.

Nuestro Yo, en el mismo paso, pueda estar
con el Tuyo,

para que caminemos como Reyes y Reinas

con todas las otras criaturas.

Que tu deseo y el nuestro, sean uno sólo,

en toda la Luz, así como en todas las
formas,

en toda existencia individual, así como en
todas las

comunidades.

Haznos sentir el alma de la Tierra dentro

de nosotros,

pues, de esta forma, sentiremos la
Sabiduría que existe en todo.

No permitas que la superficialidad y la
apariencia de las cosas

del mundo nos engañe, Y nos libere de todo
aquello que impide nuestro crecimiento.

No nos dejes caer en el olvido

de que Tu eres el Poder y la Gloria del
mundo,

la Canción que se renueva de tiempo en
tiempo.

y que todo lo embellece.

Que Tu amor esté sólo donde crecen nuestras
acciones.

iii Que así sea !!!

El Padre Nuestro Arameo

Cortesía de Profesor Anael

Abbá Deb bashmaia

jit cuaddás semác.

Teté malcutác.

Nehbe tzevianac aicanna deb bashmania
afbarja.

Hab lán lahma desúncuanan iaomana.

Usheboc lán hobénan bacta hain

aicanna daf knan ahbócuan lehaj jabénan,

bela ta elínnan lenisjón ela patzan min
bisha.

Metol dilakie malcuta bahaila batesh bucta
leahlam almin, amein.

Abbá: La oración de Jesús

La oración que Jesús nos enseñó está en la
raíz de nuestra espiritualidad.

Reflexionando sobre el texto original
aparecen muchos posibles significados. La
traducción que utilizamos comúnmente es
sólo una de entre muchas posibilidades. En
arameo, cada palabra puede evocar toda una
familia de imágenes y matices.

Nos damos cuenta de que el lenguaje es
probablemente la clave para comprender la
cultura; que el idioma refleja la manera en
que la gente se relaciona con el mundo que
la rodea. En cierto sentido, el lenguaje
puede compararse a un cristal a través del
cual vemos las cosas. Cuando aprendemos un
nuevo idioma, comenzamos a ver la realidad
en forma nueva.

El mismo Jesús vivió en una cultura muy
diferente de la nuestra, y en cierta medida
eso se ve en el lenguaje que hablaba:
arameo, una lengua semita muy próxima tanto
al árabe como al hebreo. A veces llamado
también siríaco, el arameo todavía se habla
actualmente en unos pocos lugares aislados
de Irak y Siria, aunque gradualmente va
desapareciendo. También se emplea como
lenguaje litúrgico en varias Iglesias
Ortodoxas y católicas de rito oriental.

En cierto sentido, al adentrarnos en la
lengua aramea vemos a través del lente que
Jesús mismo usaba para percibir la
realidad. Como lengua de gente que

trabajaba el campo, utiliza imágenes cercanas a la tierra y a todas las cosas que crecen. Es también un idioma que admite múltiples posibilidades simultáneas. Por estas razones, algunos han observado que es mucho más cercano a las lenguas aborígenes que a las de las culturas occidentales modernas. De hecho, pensar que Jesús era una persona nativa de Medio Oriente puede ayudarnos a entenderlo mejor.

Desgraciadamente, la mayoría de nosotros (me incluyo) no habla arameo; probablemente nunca lo oímos siquiera. Unas pocas palabras aparecen en nuestras traducciones del Nuevo Testamento: por ejemplo talitá kum en Mc 5,41 y maranata en 1ª Cor 16,22. Lo más importante, sin embargo, es que las iglesias orientales han preservado textos arameos con palabras de Jesús.

Aunque los doctores en Sagrada Escritura sostienen generalmente que el NT fue escrito primeramente en griego, hay buenas razones para creer que el texto arameo conocido como el Peshitta podría reflejar más exactamente las palabras que hablaba el mismo Jesús. Esto es especialmente cierto en el caso de la oración que llamamos el Padrenuestro, la cual sin duda fue rezada regularmente por los cristianos de habla aramea y preservada cuidadosamente en la tradición oral hasta el tiempo en que apareció el texto escrito.

Las siguientes reflexiones sobre cada frase de la oración aramea nos abre nuevas dimensiones de su significado.

Abbá deb bashmaia

Padre nuestro que estás en el cielo

Oh Fuente del Fulgor, danzando en y
alrededor de todo lo que es

Oh Aliento Creador, que fluyes a través de
toda forma

Las primeras palabras de la oración de Jesús toman la imagen de la creación, del dar nacimiento al universo. Abbá de hecho puede traducirse como Padre, pero igualmente puede ser interpretado como Creador (tanto en sentido físico como espiritual). A otro nivel, presenta la imagen del aliento divino (o espíritu) fluyendo de la unidad, creando toda la diversidad de formas.

Deb bashmaia conjura las imágenes de la luz, el sonido y las ondas expandiéndose e impregnándolo todo. En esencia, entonces, el Cielo es concebido no tanto como un lugar sino como una dimensión de la realidad que está presente en todas partes.

Algunas interpretaciones posibles de la frase completa podrían ser:

«Oh Fuente del Fulgor, danzando en y
alrededor de todo lo que es», y

«Oh Aliento Creador, que fluyes a través de
toda forma».

De nuevo, éstos son solamente ejemplos de las muchas posibilidades que existen simultáneamente en el texto original (incluyendo la traducción que rezamos normalmente). Aún así, ellas nos desafían a estar abiertos a nuevas maneras de concebir a Dios y al Cielo.

jit cuaddás semác

santificado sea tu Nombre

ablanda la base de nuestro ser, y santifica
un espacio para implantar tu Presencia

libéranos de toda limitación, para que la
corriente de tu Vida pueda moverse en
nosotros sin estorbos

Nos presenta la imagen de alguien
inclinándose para despejar un espacio donde
lo sagrado pueda habitar. Semác proviene de
la misma raíz que la palabra aramea para
Cielo; significa tanto el nombre como la
manifestación concreta de la energía
creadora. La frase entera podría ser:

«Ablanda la base de nuestro ser, y
santifica un espacio para implantar tu
Presencia», o

«Libéranos de toda limitación, para que la
corriente de tu Vida pueda moverse en
nosotros sin estorbos».

Aquí somos invitados a dejar todo lo que
impide a Dios entrar en nuestra vida, a
barrer y limpiar la morada de nuestro
corazón. En esta imagen resuena fuertemente
el desalojo simbólico del Templo que hace
Jesús. ¿En qué medida tenemos un mercado en
nuestro interior? ¿Qué ocupa el espacio
donde Dios desea habitar dentro nuestro?

teté malcutác

que venga tu Reino

llénanos con tu creatividad, para que
podamos ser fortalecidos para compartir el
fruto de tu visión

en nuestras profundidades, esparce tu
semilla con su poder reverdecidor, para que

podamos ser parteras de tu Reino

Hacer lugar a lo sagrado nos prepara para el paso siguiente: malcutác es una palabra muy rica, central al mensaje de Jesús. Aunque normalmente se traduce como Reino, sus raíces son realmente femeninas. Conlleva la idea de principios guía, de aquello que nos fortalece para avanzar enfrentando toda dificultad, y de un potencial creativo listo para hacerse realidad.

Para mí evoca la imagen de la frágil hoja de pasto que lentamente separa el más duro concreto. Teté implica una cierta urgencia en la venida, o una visión esperando ser cumplida. La imagen es la de una cámara nupcial, un lugar de nuevos comienzos.

La frase podría ser interpretada, entonces, como

«Llénanos con tu creatividad, para que podamos ser fortalecidos para compartir el fruto de tu visión», o

«En nuestras profundidades, esparce tu semilla con su poder reverdecedor, para que podamos ser parteras de tu Reino».

Esta parte de la oración nos llama a caminar por la vida con una dignidad de reyes, listos para enfrentar las dificultades con creatividad y esperanza.

Nehbe tzevianac aicanna deb bashmaia
afbarja

Hágase tu voluntad así en la tierra como en el cielo

Que cada una de nuestras acciones dé fruto

de acuerdo con tu deseo

moviéndonos al latido de tu propósito,
haznos la encarnación de tu compasión

Puede considerarse el corazón de la oración de Jesús. La voluntad mencionada connota un profundo deseo, causante de que todo el propio ser se mueva hacia una meta con la certeza de que el esfuerzo dará fruto. Arja (tierra) lleva un fuerte sentimiento de solidez y soporte; es algo totalmente materializado. Aquí, pues, oramos para que la sensación de que «yo puedo» expresada en la línea anterior se ponga completamente en acción.

La frase entera podría ser:

«Que cada una de nuestras acciones dé fruto de acuerdo con tu deseo», o «moviéndonos al latido de tu propósito, haznos la encarnación de tu compasión».

En esencia, oramos para que todo lo que hagamos sea un acto de cocreación con Dios.

Hab lán lachma desúncuanan iaomana

Danos hoy nuestro pan de cada día

Dótanos con la sabiduría para producir y compartir lo que cada uno necesita para crecer y florecer

Con pasión y alma, déjanos generar desde dentro aquello que se necesita para sostener la vida en este día

No solamente pide el pan en sentido material, sino también pide todo lo que necesitamos para crecer verdaderamente.

En arameo, la palabra lachma (pan) se

relaciona directamente con la palabra hochma (sabiduría). Pedimos que sea dado, pero también que sea traído afuera de lo más profundo de nuestro propio ser. En suma, oramos: «Dótanos con la sabiduría para producir y compartir lo que cada uno necesita para crecer y florecer», o

«Con pasión y alma, déjanos generar desde dentro aquello que se necesita para sostener la vida en este día».

Usheboc lán hobénan bacta hain aicanna daf knan shbócuán lehaj jabénan

Y perdónanos nuestras ofensas así como nosotros perdonamos a los que nos ofenden

Desata los enredados hilos del destino que nos atan, así como nosotros liberamos a otros del enredo de errores pasados

Vacíanos de esperanzas y deseos frustrados, así como restauramos en los demás una visión renovada

Incluye la idea de desatar los nudos de errores pasados. Perdonar es volver las cosas a su estado de libertad original. Esto es algo bien descrito en el Antiguo Testamento, en términos del año de jubileo cuando todo era devuelto a sus dueños originales.

En esta línea somos llamados a dejar ir todo lo que nos retiene de cumplir el deseo de Dios: nuestras fallas, nuestra desesperación, nuestras frustraciones. Una buena traducción podría ser:

«Desata los enredados hilos del destino que nos atan, así como nosotros liberamos a otros del enredo de errores pasados», o

«Vacíanos de esperanzas y deseos frustrados, así como restauramos en los demás una visión renovada».

Ciertamente esta parte de la oración también nos llama a perdonar las deudas en sentido económico. Como misionero, sin embargo, me gusta especialmente la idea de dejar ir las frustraciones y recuperar la visión. En un mundo donde los cambios a veces parecen imposibles, somos desafiados a renovar constantemente nuestra esperanza y a animar a aquellos que han caído en la desesperación.

bela ta elínnan lenisjón, ela patzan min
bisha

y no nos dejes caer en tentación, sino
líbranos del mal

No nos dejes ser cautivos de la
incertidumbre, ni quedar pegados a
persecuciones estériles

No nos dejes ser seducidos por aquello que
nos apartaría de nuestro verdadero
propósito, mas ilumina las oportunidades
del momento presente

Con estas palabras rezamos que no nos
dejemos distraer del verdadero propósito de
nuestra vida por aquello que es
esencialmente trivial; pedimos que no
seamos seducidos por la superficialidad y
el materialismo.

En arameo, bisha (mal) se concibe en
términos de una acción que es inmadura, de
un fruto ya sea prematuro o corrompido.
Esto nos llama a ser sensibles al momento
presente, a realizar la acción correcta en

el momento apropiado. Por eso oramos:

«No nos dejes ser cautivos de la incertidumbre, ni quedar pegados a persecuciones estériles», o

«No nos dejes ser seducidos por aquello que nos apartaría de nuestro verdadero propósito, mas ilumina las oportunidades del momento presente».

Metol dilakie malcuta bahaila batesh bucta
leahlam almin, amein

Porque tuyo es el reino, el poder y la gloria ahora y por siempre, amén

Porque Tú eres la base de la visión fecunda, la fuerza que hace nacer, y la plenitud, donde todo es reunido y hecho pleno nuevamente

Esta línea final recapitula la oración completa. La palabra haila (poder) es la energía que da y mantiene toda vida. Tesh bucta (gloria) evoca la imagen de las cosas devueltas a un estado de armonía y equilibrio. La frase podría traducirse como:

«Porque Tú eres la base de la visión fecunda, la fuerza que hace nacer, y la plenitud, donde todo es reunido y hecho pleno nuevamente».

Conclusión

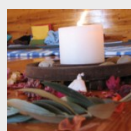
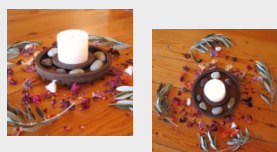
Meditar la versión aramea de la oración de Jesús puede ser muy desafiante, precisamente porque nos llama a reexaminar y repensar nuestra espiritualidad. Las imágenes evocadas nos llaman a una vida de oración muy concreta.

También nos tocan a un nivel profundo, estimulándonos a vivir más simplemente, más auténticamente, y más justamente. Sin embargo la oración también reconoce que la conversión es un proceso continuo, algo a lo que debe uno dedicarse diariamente.

Profesor Anael

<http://www.kabalistica.com>

Centro simbólico: Anna Jordán



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 incomprendido. 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 impotentice. 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.

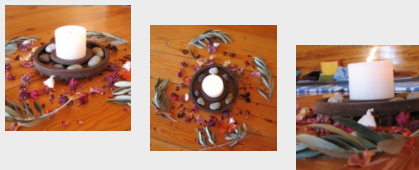
7 nivel

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

Centro simbólico: Manuel Baena



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, intrépido, 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 vivito 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

Sobre la terapia y la espiritualidad

Julián Peragón: Hola Joan, me gustaría que pudiéramos hablar hoy de forma extensa sobre nuestra visión de la terapia y la espiritualidad. Yo creo que en esta época se está hablando mucho tanto de espiritualidad como de terapia, pero pienso que no estamos yendo a fondo de lo que significa el hecho terapéutico y de lo que significa el camino espiritual. Entonces diría de entrada, como propuesta para discutir que, viniendo del mundo espiritual, creo que al mundo espiritual le hace falta un buen repaso terapéutico –ya hablaremos más adelante- y no lo sé, ya dirás tú, pero al mundo terapéutico a veces le falta un poco el anhelo espiritual.

Entonces cómo podemos desde cada ángulo,
desde cada línea de trabajo interior,
integrar esos dos aspectos.

Joan Garriga: Realmente nos metemos en asuntos muy complejos. Creo que la palabra que más nos acerca a la espiritualidad es una simple sílaba, –lo digo también en este libro de ¿Dónde están las monedas?*– que es la sílaba Sí, el gran afirmativo. Esto lo enseña también Arnaud Desjardins, discípulo de Prajnanpad. ¿Qué significa decir Sí? Significa rendirse y asentir a todo lo que la vida crea, entregarse absolutamente a todas sus formas, sin ninguna oposición. Esto es el reto y la gran audacia del desarrollo espiritual. Muchas tradiciones espirituales coinciden en este punto, en el Sí, en una entrega a la vida tal como es, con todas sus formas, tanto si son bonitas como si son feas, tanto agradables como desagradables, tanto si traen vida como si traen muerte, dicha o quebranto. El Sí verdadero siempre es ahora y viene del ser esencial más que del pequeño yo con su pequeños intereses y temores. Ciertas formas de psicoterapia, que además de encontrar soluciones para los problemas se inspiran en ciertas tradiciones filosóficas de sabiduría, investigan aquello que las personas no logran integrar en sus vidas para encaminarlo a la aceptación, al sí en definitiva, con la idea de que todo lo que la vida trae, sea lo que sea, incluido lo que parece envuelto en fatalidad, puede ser aprovechado al servicio de la vida y reconocer en ello el reflejo del espíritu del creador. Oponerse es sufrimiento. Asentir es liberación.

Julián: La pregunta que yo hago a la psicoterapia es si se pueden resolver

problemas sin tener en cuenta el alma.

Joan: Los grandes asuntos existenciales conciernen al alma. Últimamente vengo diciendo que en resumidas cuentas cualquier problema que afrontamos en terapia guarda relación con que hay algo que no somos capaces de amar o integrar, que no somos capaces de darle un buen lugar en nuestro corazón. Y esto trae consecuencias: enfermamos, aparecen los síntomas, las malas relaciones, los problemas, etc. Decimos no a algo o a alguien y retraemos nuestra alma en lugar de extenderla. Este algo puede ser algo de la realidad y de los hechos, como el amigo que enfermó, el padre que murió, etc. A Buda por ejemplo se le murió la madre al tercer día de su vida. Uno puede decir “esto no debería ser así” y entonces no podemos amar ni apreciar esta parte de la realidad. O a veces no podemos amar o apreciar algo de nosotros mismos y decimos “No, es que yo no debería sentir esta timidez” o “No, yo no debería tener miedo” o “debería ser más simpático” o “debería tener más éxito” y entonces en el fondo consideramos que hay partes de nosotros que no se merecen ser apreciadas y estamos en pelea con ellas, es decir, decimos No y estamos en guerra interior con nosotros mismos. A veces decimos No a las personas, decimos “mi padre se portó mal y le cierro mi corazón” o “mi abuela hizo esto y le puso los cuernos al abuelo y le cierro mi corazón” o “mi amigo debería de tratarme de x manera”. Entonces estamos en guerra interpersonal. Cuando miramos al final los problemas que se presentan en la terapia siempre podemos rastrear y encontrar algo que la persona no le dice que Sí, le dice que No. Entonces de lo que se trata es de lograr la manera en que

pueda integrar lo que rechaza y extenderse en lo que cierra. Y en este sentido yo creo que espiritualidad y psicoterapia apuntan en una misma dirección, pero bueno esto muchos psicoterapeutas lo negarían y dirían que la psicoterapia no tiene nada que ver con la espiritualidad y sin duda hay muchas técnicas que hacen que algunas personas resuelvan problemas y cambien que poco tienen que ver con la espiritualidad. Aunque de hecho si las analizáramos con precisión vemos que en el fondo casi siempre conducen a una mayor toma de responsabilidad de las personas sobre su realidad. La terapia puede manipular el ego para apartarle de lo que tiene que enfrentar pero se trata de soluciones pasajeras y calmantes que duran un tiempo. El gran cambio, el que dura, cambia algo esencial en nuestra actitud. Integra en lugar de destruir, une en lugar de separar, acoge en lugar de amputar. Dice Si.

Julián: Sí, claro, pero es igual que yo viniendo del mundo del yoga, es decir, está claro que el yoga te hace estar más sano porque te permite relajar, respirar haciendo posturas, pero nunca podríamos reducir lo que es el yoga a unas técnicas corporales de relajación, va mucho más allá, es toda una filosofía, es por eso que también pienso que la terapia entendida en profundidad tiene que contar con lo profundo del ser. Cuando has hablado del profundo Sí, he recordado un poco la base del Tantra, que tan mal se entiende en occidente, porque se entiende como una sexualidad exótica, pero el Tantra diríamos que es una espiritualidad descendente en el sentido de que no es un No a la vida, sino un profundo Sí, en la idea de sacralizar, tanto a la vida como al propio cuerpo y

decir Sí a todo porque todo es una oportunidad para el crecimiento, para el desarrollo del ser. Sin embargo, yo creo que deberíamos redefinir lo que entendemos por espiritualidad porque sino estaríamos dándole vueltas sobre un concepto que se utiliza en tantos términos y de tantas maneras. A mi me gusta recordar que religión viene de religare, que significa religarse con algo mayor que lo que uno es, en el sentido de dejar de estar solo, una soledad que no sería más que el fondo de la neurosis. Cuando uno está desconectado con la vida que le rodea, entonces ese conectarse con algo mayor, ya sea la naturaleza, ya sea el cosmos, ya sea lo divino, pues me parece que es un buen símbolo de lo que es la espiritualidad. Y también se podría reinterpretar desde el concepto de religere, es decir, espiritualidad es la posibilidad de releer la propia experiencia. O dicho de otra manera, no basta con vivir, no basta con experimentar, hay que saber a donde apunta esa vivencia, esa experiencia, si no hay, dicho de otra manera, un sentido a la propia vida, esa vida es de alguna manera una vida fallida. Recuerdo un terapeuta amigo que me decía que la gran mayoría de clientes que venían tenía que ver con una falta de sentir la vida, una carencia de sentido.

Joan: Sí, pero déjame hacer un inciso, yo creo que éste es un camino –el del religere- peligroso. Ahí no nos adentramos en la espiritualidad, únicamente en el significado, en la explicación, en la comprensión de las cosas y yo no creo que el sentido de la vida sea algo que podamos decir, algo que podamos formular. Es que la vida no tiene ningún sentido más que ser

vivida, es decir, vivir la vida. O aún mejor: que la vida viva a través nuestro, entonces esto es la espiritualidad. Es un rendirse al simple hecho de vivir. En cambio si pretendemos destilar el significado de la vida en una explicación que le dé sentido entonces ya entramos en otro nivel, el nivel de las palabras, de las comprensiones, pero esto no es muy importante, porque desde la perspectiva de la espiritualidad esto no tiene mucho interés. Vivir con sentido, entregados a todos los momentos es mejor que tener una deducción narrativa sobre el sentido de nuestra vida por muy importante que esto pueda llegar a ser. John Lennon dijo que el sentido de nuestra vida es aquello que ocurre mientras nos preguntamos justamente sobre el sentido de la misma. Yo estoy más de acuerdo con la parte que decías de religar, de conectarnos. Vivimos siempre conectados en una gran alma, en un destino común, en una red gigante donde todos estamos en resonancia con todos. Para mi la espiritualidad empieza justo en aquel momento donde aquel al que llamamos yo entra un poco en stand by, entra en silencio, disminuye su potencia, su fuerza y entonces entra la fuerza no del que llamamos yo sino la fuerza del que llamamos tú o del que llamamos nosotros o del que llamamos Él, lo más grande, o del que llamamos el propósito de la vida y entonces estamos entregados en este sentido. La vida es una dialéctica entre los propósitos del yo y los propósitos de la vida.

Julián: Una de las cosas que normalmente en el mundo espiritual se dicen machaconamente es que hay que matar al ego, entonces creo que aquí entramos en otra confusión pues se entiende al ego como un enemigo cuando en

realidad debería ser un gran aliado. De hecho el problema no está tanto en el ego como en la identificación con el ego, es decir, la reducción a esa mente que piensa y no a otras dimensiones más globales pero claro en cierta medida diríamos que si la tendencia del mundo espiritual es la de disolver el ego, tal vez la terapia por el otro lado lo que hace es reforzar el ego, o diríamos que con un ego débil el mundo te aplasta pero con un ego demasiado fuerte de alguna manera te vuelves impermeable a lo sensible de la vida.

Joan: Lo que pasa es que yo creo que el desarrollo espiritual, sea lo que sea, no se logra a través de la pretensión y del esfuerzo, sino que se logra a través de la gracia. Porque la vida te lo da, o Dios te lo da o quien sea te lo da. O te lo quita. Y el camino que en mi opinión más le suele gustar a Dios para dar la gracia es a través de los golpes y del sufrimiento. Por eso que a veces cuando la vida golpea a las personas también les ofrece la posibilidad de desnudarse más de sí mismas, de despojarse de sus identificaciones y apegos, para rendirse ante algo mayor. Por eso, por ejemplo, se cuenta la anécdota de que San Pablo cayó del caballo y se golpeó, entonces allí hubo una transformación y se le atribuye a San Pablo la frase “ahora ya no soy yo quien vive sino que es Él quien vive en mí” y esto es una diferencia importante ¿El ego, el yo, es el Señor y amo y está al servicio de sí mismo o el ego, el yo, es vivido por Dios o por una fuerza más grande que toma a todas las personas y a todos los egos a su servicio para cumplir con el misterioso juego de las cosas tal como son? San Agustín también dice: “Dios es más yo que yo mismo”. Si

somos vividos por la vida más que no vivirla, este discurso de matar al ego me parece muy soberbio y militar, dirigido por el propio ego. La vida habla mucho más claramente que nuestras pretensiones espirituales de acceder a vete saber dónde. Muchas veces mientras pretendemos o queremos ascender a vete a saber dónde en realidad no llegamos a ninguna parte y sigue siendo un deporte al que jugamos.

Julián: Es cierto que el camino de la voluntad tiene un techo, lo que pasa es que si uno no se empeña a través de un camino, en una primera etapa de esfuerzo, en un camino masculino, de conquista de la realidad, es más difícil que sobrevenga la gracia que es un camino más de abandono, más femenino. De todas maneras a mi me encanta el mundo simbólico y a veces parece que tengo que pedir disculpas cuando hablo del tarot como herramienta de meditación, pero hay dos imágenes que a m me parecen interesantes. Una es la carta número siete que es El Carro, donde aparece digamos un rey, su majestad coronada con las ínfulas de poder subido a un carro como el símbolo de éxito, de efectividad, de capacidad de manejo de la realidad, pero ese personaje tiene un toldo que lo separa del cielo como simbolizando una desconexión con su ser más profundo y también un carro que le dificulta la conexión con los caballos que sería su parte instintiva. Y parece claro que esta carta expresa la función del ego, la de dominar la realidad aparente del mundo, la de manejar el carro hasta el confín del mundo y hacerse independiente y fuerte en ese pulso con el mundo.

Ahora bien, en el otro lado del tarot, después de pasar por el arcano de la muerte

(XIII) donde supuestamente el ego se disuelve aparece, eso es lo que me parece interesante, un personaje de dimensión humana, mucho más pequeño que ese carro que simbolizaba el ego, desnudo en el sentido de vulnerable o humilde delante de la vida, de espaldas como simbolizando que el ego ha cortado con su verdadera función y es anónimo, es decir, no tiene que dar la cara, no tiene que mirar a la galería, y en comunicación con otros personajes que están ahí. Esta es la carta de El Juicio (XX), donde hay un renacimiento, y es la primera vez en todo el viaje del tarot que simboliza el viaje de la realización del ser humano, donde lo de abajo mira hacia arriba, donde ese ego renacido mira al ángel que toca una trompeta. Entonces ahí están representadas las tres partes del ego, es decir, el ego que necesita dominar el mundo, el ego que tiene que pasar por una disolución y el ego que renace ya acorde a ese mandato más interno del ser. Creo que no nos podemos saltar ninguna de estas fases.

Joan: Lo expresas de una manera muy bella. Me parece un lenguaje simbólico pero bastante ajustado también y lo comparto. En este sentido a mi me gusta decir, y esto es pura metáfora, que en la primera mitad de la vida más o menos (que a lo mejor dura muchos años o menos, depende de cada persona), se trata de ascender a la montaña, donde nos esforzamos, donde luchamos, donde perseguimos, donde tenemos metas y sueños, donde tenemos propósitos personales. Algunas personas con suerte, o sin suerte quizá, (qué sabemos sobre lo que es mejor para el alma), llegan a un momento en que alcanzan lo alto de la montaña, la cima de algo, y entonces llenos de sudor

pero al mismo tiempo de euforia e importancia gritan a los cuatro vientos "Yo existo". Desde luego que habla el ego fuerte y dominante. Se expresa el yo triunfal: alguno egos triunfan con éxito, otros con fama, otros con desdichas, etc. Sin embargo, entonces, sólo algunos, los afortunados, escuchan la voz sutil del universo que contesta: "Y a mí qué". Ya que el universo se ocupa de los asuntos esenciales y no acepta relaciones de tuteo. Sin embargo, esto no es lo más dramático ni lo más interesante. Lo más interesante es que después de un buen rato que están en lo alto de la montaña en pleno goce de sí mismos, viene inevitablemente el descenso y así como el ascenso a la montaña era un proceso supuestamente de ganar, de ganar posesiones, de ganar afectos, de ganar conocimiento, de ganar amistades, de ganar seguridad, luego viene un proceso de perder, de ir despidiéndose de tantas cosas, por ejemplo a veces se pierde la salud, se pierden ciertos amigos, se pierde a los padres, es decir la vida empieza a visitarnos con pérdidas, la vida declina, se estrecha, nos prepara para la última y definitiva puerta (tú lo llamaste disolución del ego). La puerta del morir inevitable para todos. Con suerte algunos encajan el proceso de perder con la misma alegría que la del ganar y se conectan con el ser, el profundo mandato del ser como lo decías con tus palabras.

A algunos ya los visita la pérdida la primera semana de vida y pierden a la madre como Buda por ejemplo, pero esto es una metáfora de que todos perderemos lo que ganamos. De manera que hay un proceso de ascenso y un proceso de descenso, un proceso de ganar y un proceso de perder, y

al final del descenso viene la gran pérdida, la gran entrega, es entregar la propia vida y devolverla a donde pertenece y nosotros regresamos también a donde pertenecemos. Baltasar Gracián, a quién no se podría acusar de ser la alegría de la huerta, decía que no deberíamos haber nacido, total para qué, pero ya que hemos nacido por qué narices debemos morirnos. En definitiva es una bendición el ganar y el ascender y es una bendición el descender y el perder. La vida cumpliendo en cada uno de nosotros su ciclo interminable. Para la vida el Yo personal no es tan importante.

Julián: Porque el perder implica también otro tipo de ganancia.

Joan: Y es ahí donde la terapia hay que pensarla también en estos términos. A veces cuento la historia, que la cuento de mil maneras, que también unos padres le dan al hijo no las monedas como lo escribo en mi cuento, sino además cuando tiene 18 años, un cofre con una llave dentro. El hijo toma la llave y pregunta “¿pero si voy por el camino y encuentro dos puertas cómo voy a saber qué puerta abre esta llave?”, los padres le dicen “tú abre la de la derecha” y el hijo pregunta “¿dónde conduce la puerta de la derecha?”, los padres dicen “la puerta de la derecha conduce a la vida”, entonces el hijo pregunta “¿y la de la izquierda?”, los padres dicen “la llave abre también la puerta de la izquierda” “¿Y dónde conduce la puerta de la izquierda?” pregunta el hijo, la respuesta es “a la vida también”, ahora bien, «la puerta de la derecha es la puerta del ganar, la de la izquierda es la del perder y sólo cuando estés muy avanzado en tu camino descubrirás que son una misma puerta porque todo lo que

ganamos asimismo lo perdemos”.

El yo trata de ganar, hace sus apuestas en la vida, invierte en aquello que desea pero al mismo tiempo la vida tiene sus propósitos y sus leyes, de manera que no gobernamos totalmente el barco, el barco está también a merced de los elementos de la vida y sabemos necesariamente que vamos a morirnos también. Para mí la espiritualidad parece que se parecería más al proceso de encarar el perder para desnudarnos progresivamente de aquél que llamamos yo y entonces encontrar aquél que llamamos tú, o él, o lo grande. En cambio la psicoterapia se ocupará más del proceso de ayudar a las personas a ganar, de afirmar este yo que quiere conseguir estos resultados, que quiere lograr estas metas, que quiere criar perfecto a los hijos por ejemplo, que quiere estar a salvo, que quiere deshacerse de ciertas dificultades o problemas, que quiere que siempre vaya todo bien. Las dos cosas son importantes y necesarias. En ambas direcciones puede proveerse ayuda: La terapia para expandir el Yo y la terapia para acompañar las contracciones del Yo.

Julián: Una de las cosas de las que me doy cuenta en nuestro mundo espiritual es que muchas veces queremos matar el ego cuando tenemos un ego como un pajarito, y lo que lo que necesitamos no es disolver el ego sino realmente reafirmarnos y que realmente nuestra vida tenga un cierto orden, por eso muchas veces en la tradición zen cuando el discípulo va al maestro y le pide refugio, le pide la iluminación, primero lo manda al mundo y le dice «primero hazte rico y cuando te hagas rico, deja todo y vuelve», lo que quiere decir, a mi entender, es que

no podemos hacer que el mundo espiritual sea un refugio de una vida pobre y con dificultades porque sino evidentemente nos vamos a encontrar en un camino mucho más difícil que la realidad del mundo, nos vamos a encontrar con muchas más dificultades. Yo diría que en este «nuestro» mundo espiritual muchas veces podemos pecar de disolver el ego cuando todavía no hay que disolverlo. La gran mayoría de gente en occidente que está accediendo a lo espiritual todavía tiene que reforzar el ego, aunque también es posible que en el mundo de la terapia se esté reforzando un ego a gente que lo que necesita es un buen palo, en un sentido metafórico, claro.

Joan: La espiritualidad no puede separarse del mundo, es en el mundo. El Ego o el Yo se adiestra en la confrontación con el mundo. La voz más autorizada es la voz de la vida y los palos al igual que las bendiciones los da la vida más que los terapeutas y los maestros espirituales. Todo esto son juegos, son deportes, son sensibilidades y ahí se mueven mucho los afectos y por supuesto que muchas veces la vía espiritual no es ninguna vía espiritual, es la búsqueda del padre, es la búsqueda del llenar unas carencias, de calmar el malestar, etc. Incluso regodearse en un exceso de perfeccionamiento terapéutico, o de obsesión en la práctica espiritual, también puede seguir siendo una carencia de seguridad fundamental, de fe en la vida, de fe en la gran madre. De manera que las cosas son muy paradójicas.

Julián: Por eso está bien hablar de las falacias, porque alguien que está viviendo íntimamente lo espiritual no necesita

proclamarlo a los cuatro vientos. Todo ese montaje, todo ese mercadillo de la espiritualidad es sospechoso porque en realidad yo creo que es un ego enmascarado que quiere reconocimiento, poder, éxito, ser considerado, etc., etc., y creo que se está hinchando tanto ese mundo que es hora de que digamos que hay que revisarlo, que hay que poner las cosas quizás en su sitio.

Joan: Alguien dijo que la riqueza no da la felicidad pero sólo los ricos lo saben. Lo mismo podríamos decir de todo lo demás: la fama, el poder, la justicia, la belleza, etc., etc. Muy a menudo la intensa necesidad de las personas nos lleva a buscar amparo en el primer árbol donde parecería que hay sombra o parecería que no llueve. Pero el cielo quizá sea de los caídos y de los humildes y de los desesperados, de los que ya no apuestan a nada. Tal vez la espiritualidad ha sido muchas veces esteticismo o cultivo de poses o de posturas o parafernalias, y que en realidad igual hay gente que no hace tanto ruido pero goza de un silencio natural que la vida le ha traído, de una mirada limpia e inocente, o que goza de una bondad que es muy natural, muy espontánea, y que no necesita hacer ruido ni necesita grandes acólitos ni grandes movimientos. Quizá la espiritualidad tenga muy poco que ver con las religiones y con las organizaciones. Y luego tenemos el asunto de la competencia espiritual que no es diferente de la competencia en las carreras de coches, de la competencia dentro de la empresa, o para lograr la mujer o el hombre más guapo, etc. Pero esto son deportes, son entretenimientos, son formas de vivir. Insisto en la idea de que la gracia visita a las personas muchas veces cuando hay

pérdidas, cuando hay algún descenso. Le escuché decir a Claudio Naranjo que las fases no de expansión, que están muy bien, sino de retracción son a veces grandes bendiciones espirituales.

Por ejemplo, eso es muy terrible, muy extremo, pero personas que perdieron un hijo o tuvieron un divorcio inesperado, etc. es tan fuerte la pérdida que a veces con el tiempo ganan una libertad extrema también, un despegamiento, se despojan y por este despojamiento es por donde entra la gracia, que es una libertad, un estar más a las anchas en el mundo o no mirar al mundo ya como si hubiera algo que agarrar y algo que rechazar, que es lo que dicen los budistas también. Entonces la liberación es un proceso que tiene más oportunidades de ocurrir aunque es obvio que no por ello buscaremos pérdidas. Eso sería una estupidez. El Yo no gobierna el barco en absoluto.

Julián: Yo digo muchas veces que el primer paso, el segundo y a veces el tercero que se da en el camino espiritual no lo da, digamos, el alma sino que lo da el ego, que va en busca de una imagen remozada de lo que sería el ideal del yo. Lo que pasa es que creo que hasta que para uno el mundo no ha perdido entereza, hasta que uno no está asqueado del mundo muy difícilmente puede haber una búsqueda verdadera interior.

Joan: ¿Tú crees esto de que hay que asquearse del mundo?

Julián: Lo que quiero decir es que hasta que uno no ha visto la trampa ilusoria del deseo es muy difícil buscar dentro, de verdad, y que no sea el ego el que busca, por eso los grandes sufrimientos son una

gran oportunidad, no siempre, de esa búsqueda espiritual.

Joan: De trascender los límites del pequeño yo. Lo que decía antes del ascenso a la montaña. Hacemos apuestas que nos guían. Decimos “yo apuesto por ser famoso o yo apuesto por el poder o yo apuesto por la riqueza o yo apuesto por el amor, etc.,» son apuestas y lógicamente la mayoría de estas apuestas son en realidad esperanzas que a donde llevan tarde o temprano es a la desesperanza y a la decepción. Es decir, aquello que parecía que iba a dotar de no sé qué mi vida, pues tampoco hay para tanto. En este comprender que nada le llena a uno es donde hay también la posibilidad de hacerse más amigo del vacío en sí mismo, de adentrarse más en el vacío en sí mismo y a veces quizás hasta se puede llegar a descubrir que es muy agradable este vacío, que es muy apacible porque en sí mismo lo que parecía lo terrible es la solución, que no se trata de escapar del vacío sino de entregarse al vacío porque paradójicamente todo lo acaba llenando, pero no lo llena con aquello que deseábamos que se llenara. Porque en el vacío ya todo está lleno y se muestra cuando no hay tanto deseo ni tanta pretensión de llenarlo ni tanto rechazo de su vacuidad.

Por otro lado vivimos en la tierra, vivimos aquí y todos tenemos nuestras inclinaciones y a uno le gusta el color verde y al otro el amarillo y esto forma parte del juego de la vida. Sobre lo que decías antes del ego, yo leí el libro Aproximación al origen de Salvador Pániker, ya hace muchos años. En el hablaba de un concepto curioso y muy interesante: lo retro-progresivo. Por ejemplo, los bebés o los niños pequeños no

conceptualizan la realidad sino que están en la realidad, están en pura observación, en pura contemplación y la mente todavía es silenciosa porque no ha creado las redes del pensamiento, de la conciencia, de la auto observación y tampoco puede evaluar la realidad, pero claro después viene la caída en la conciencia personal que viene del Yo. Se instaura el Yo. En la metáfora bíblica de la expulsión del paraíso es también así, nos visita el árbol del conocimiento, nos tiente y sucumbimos a su trampa y su promesa de conocimiento, caemos en la concepción del bien y del mal, ya no vivimos en la realidad sino que la pensamos, la evaluamos, la discutimos, la peleamos, la comprendemos, a través de la conciencia moral o ética. Es decir, se crea una separación con la realidad y el que crea la separación es este órgano que la piensa más que la vive. Lo que decía Pániker, tal como lo recuerdo, es que el yo y la función del yo o del ego es desarrollarse y ganar toda su fuerza, arriesgarse en la dirección de lo que para cada uno es importante para lograr un yo fuerte, un yo grande, porque el yo grande es el que puede comprender también a través de la propia conciencia de este propio órgano pensante, que esto no le lleva a ninguna parte, que le acaba encerrando en un cárcel. La conciencia que nos atrapa es al mismo tiempo el vehículo que nos permite comprender que estamos atrapados. El órgano que nos extravió del paraíso original, por decirlo de alguna manera, es el que nos permite comprender que estamos extraviados y entonces a medida que más avanzamos en nuestro desarrollo más retrocedemos. Es decir, avanzar significa retroceder y retroceder ¿a dónde? Al lugar donde esta conciencia o este yo no se había instalado

como dominante. Retroceder a la contemplación del mundo.

Julián: Es obvio que el ego no tiene capacidad de elevación pero es el mismo ego en su frustración no se da cuenta. Yo creo que hay una psicoterapia dentro de las grandes tradiciones, por ejemplo en yoga hay un concepto: svadhyaya que significa auto indagación, es como responder a la pregunta ¿quién soy yo? Pregunta que se ha respondido tradicionalmente a través de los libros sagrados y a través de la relación con los maestros. Ahora diría que como los maestros no están tan al alcance muchas veces esta auto indagación se hace a través de la terapia, pero la terapia en sí estaba implícita dentro de las tradiciones, no digamos del budismo que es la gran tradición que ha observado y diseccionado la mente. ¿Hasta dónde ha bebido el mundo terapéutico occidental de estas grandes tradiciones, dónde las ha cogido, dónde las ha dejado, dónde las tiene todavía en el horizonte o simplemente ha seguido su propia autonomía?

Joan: La ayuda emocional y la cura de almas, antes de que fuera formalizada por Freud, que sería como el padre, y se creará la metodología del psicoanálisis y la terapia, siempre había estado inmersa en la magia, los espíritus, las fuerzas misteriosas. De hecho Freud también dice que hay fuerzas que nos manejan, que no gobernamos, que desconocemos y a esto se le llama el inconsciente. Más adelante hay una revolución anti Freud que dice que la ayuda tiene que caminar por circuitos científicos, bien medidos y contrastables, y entonces tratan de hacer una psicología más experimental, más

reducida y conductual, donde no hay un algo interior sino solo lo visible, lo evidente. Luego hay otra revolución que es la humanista, que dice que ni uno ni lo otro, que no sólo lo invisible ni tampoco lo visible y la psicología humanista también llamada movimiento del potencial humano, entre otras muchas cosas, se empieza a llenar de ideas más o menos espirituales, o se contagia del budismo zen, o se contagia de algunas aportaciones del hinduismo, del yoga, de los técnicas que mueven la energía, el tai chi, etc. Surgen las grandes técnicas como la gestalt, el trabajo con el cuerpo, los grupos de encuentro, el psicodrama, etc. Después vendrá el constructivismo, los abordajes sistémicos, etc.

Julián: No sé si me he explicado en la pregunta, por ejemplo cuando uno lee los yamas y niyamas explicados en los Yoga Sutras de Patanjali, que son casi idénticos a los listados budistas, donde se habla de no robar, de ser sincero, digamos de no ser violento, etc., pareciera de entrada que son los diez mandamientos, como una actitud moral y yo creo que la terapia se ha distanciado de la cuestión moral en alguna medida, lo que pasa es que si indagamos en estos términos de la tradición nos damos cuenta de que en realidad no eran observaciones morales sino que eran herramientas de trabajo, para conquistar un poder y no quedar atrapado en el laberinto del mundo social y de vínculos, ni tampoco empantanado en las inercias internas. Había un trabajo muy exquisito en cuanto a la mente, pero yo no sé si la terapia al desvincularse de lo moral ha dejado al individuo en un cierto vacío.

Joan: Yo no conozco tan a fondo svadhyaya pero yo más bien pienso que las órdenes, las reglas -son muy parecidos los diez mandamientos a otras reglas de otras tradiciones o culturas- son metas, lugares a los que llegaron los que hicieron un camino y espontáneamente se volvieron respetuosos, benevolentes, espontáneamente honraron a los padres, espontáneamente sintieron que no debían matar, que no debían mentir, porque esto ocurría espontáneamente. Yo creo que el error es que entonces esto se ofrece a la gente como un decálogo de obligado cumplimiento, un conjunto de deberías, pero esto no tiene sentido. Los mandamientos son comprensiones a las que se llega después de un proceso experiencial, además de que instintivamente por sentido social y de pertenencia al grupo las personas nos abstenemos de dañar a los propios.

Cierta terapia y ciertos abordajes se limitan únicamente a resolver problemas. Otros se orientan más a desarrollar a la persona, a reflexionar en común sobre el sentido, los valores, el bien vivir, etc. y, en este sentido, la terapia en general no apela a la moralidad, no apela a las reglas morales, sino que se confía en el proceso emocional de la persona con la expectativa de que espontáneamente llegará a una comprensión buena acerca de lo que es correcto, de lo que es adecuado. Y lo que decía antes, que hay una terapia que se orienta al ganar, a resolver problemas, al reforzamiento del Yo y de que hay una terapia que se ocupa de los grandes temas del descenso, de las pérdidas y esta terapia conduce, o colabora, o apoya, o camina con las personas para llegar a lugares donde ya no es la terapia la que

habla sino que es la vida. Son procesos de auto conocimiento profundo, procesos de desarrollo profundo o procesos de ponerse en sintonía con los propósitos de la vida y en este sentido la terapia sí que se vuelve muy espiritual. Es muy distinto tratar en terapia a una persona que por ejemplo tiene un problema de ansiedad cada vez que tiene que hablar con su jefe, de la persona que está con una enfermedad crónica desde hace cinco años, o de la persona que acaba de tener un duelo importante, porque entonces lo que se refleja, lo que se mueve, es muy distinto.

Julián: Yo recuerdo una frase de Ken Wilber, psicólogo transpersonal norteamericano, que hablaba de los peligros de ir a lo transpersonal sin pasar por lo personal. En este sentido por haber pasado por un cierto bagaje terapéutico en mí mismo, en mi propia carne, tanto desde la gestalt como el mismo Eneagrama, yo aconsejo a mis alumnos que detecto una cierta confusión en el carácter que pasen por lo terapéutico, porque creo que es importante esta función terapéutica de clarificar donde estás tú, donde está el otro, cuál es tu relación con el mundo, cuáles son tus vínculos, porque el mundo espiritual es infinitamente sutil y complejo y tiene mucho más que ver con el perder que con el ganar.

En ese perder, en ese asumir el propio sufrimiento y el sufrimiento de los demás, está todo el trabajo. El otro día meditábamos en parejas y entonces se trataba de que uno, simbólicamente si quieres, absorbiera el sufrimiento del otro y devolviera luz o compasión, y claro, esto no es un juego. En realidad lo que podemos

entender por iluminación tiene que ver con un enfrentamiento con lo que es el sufrimiento, porque tanto el yoga como el budismo, y tantas otras tradiciones, son respuestas al sufrimiento de la vida, que no significa desconectarse del dolor porque el dolor forma parte intrínseca de la vida, lo que hay que cuestionar es ese plus emocional que nosotros le añadimos a la propia naturaleza del dolor o de las pérdidas que conlleva la vida.

Joan: Justamente yo creo que la entrega al dolor natural de los sucesos de la vida es lo que nos permite liberarnos del sufrimiento también, porque muchas veces el sufrimiento está hecho del intento de evitar el dolor y entonces lo complicamos con otras emociones. Sentimos pena, o rabia, o culpa, o vergüenza, etc. y todos estos sentimientos vienen de un dolor en origen. A veces en la entrega a lo que se pierde o detrás de un intenso dolor luego hay una liberación y una dulzura infinita. Pero volviendo al tema de la terapia y la espiritualidad estoy totalmente de acuerdo contigo de que hay que ordenar los asuntos del mundo, de que hay que ordenar los asuntos de los afectos, de los vínculos, de las relaciones, de los amores, de los rechazos, de las heridas, hay que poner orden y cuando en el alma de las relaciones hay un cierto orden entonces uno está libre para caminar en cualquier dirección. Sin ninguna duda la vía espiritual también es refugio para los lastimados que tratan de encontrar amparo en una vía espiritual, pero este amparo es una doblez porque por un lado les da como un cierto consuelo pero por otro lado les impide enfrentarse con asuntos muy obvios, y con dificultades y conflictos y problemas muy obvios que

necesitan clarificarse. Me he encontrado con gente budista que a veces me han dicho “yo creo que tendrías que venir a dar talleres de constelaciones familiares entre nosotros” y yo me imagino que como en todas partes pues habrá gente que le vendría muy bien hacer un taller y clarificar su afectividad y clarificar los vínculos con el padre, con la madre, con los hermanos, es decir, ponerse en orden con la vida, con las personas y consigo mismo. Luego que vuele o que viva en la dirección que quiere. Y al mismo tiempo el espíritu todo lo abarca, al mismo tiempo hay soluciones o hay caminos que no se pueden satisfacer en el plano de lo humano, y el espíritu aquí sería este Sí con el que empecé a hablar.

A veces cuando la vida muestra su cara más terrible, para algunas personas, lo único que les sirve para poner orden en ciertas cosas, porque es imposible más allá de eso, es decir Sí, así son las cosas y así lo tomo también porque aquel que gobierna el asunto grande me lo manda y probablemente me lo manda para provecho de mi alma. Como la película “El gran silencio” donde apenas hay diálogos, pero un diálogo muy interesante es el del monje ciego, mayor, que está lleno de felicidad. Creo que es una felicidad real porque está profundamente en paz con la vida y le agradece a Dios incluso que le haya dejado ciego porque Dios, “sabe mejor que yo mismo qué le conviene a mi alma” dice, y en este hombre hay una grandeza, una belleza y una alegría interior porque no hay oposición. Esto sí que es rendirse a los grandes propósitos de la vida, de sintonizarse con los grandes misterios de la vida. Yo creo que la espiritualidad tiene mucho que ver con rendirse, con una rendición a lo que la

vida nos trae aunque no sea aquello que nosotros deseáramos que nos trajera.

Julián: Entonces fácilmente estamos vendiendo un tipo de espiritualidad o de terapia y yo intento no pintar el mundo espiritual de color de rosa, por ejemplo esas palabras que me parecen muy sabias de ese maestro zen, Suzuki, que cuando un discípulo le preguntó sobre la iluminación le dijo: “¿Quieres saber sobre la iluminación? Tal vez no te guste”, porque es que si supiéramos lo que nos espera desde la perspectiva del ego al otro lado de la iluminación o de eso que nosotros llamamos realización probablemente saldríamos corriendo, porque ahí precisamente es donde duele más el mundo, el sufrimiento del mundo, donde se ve más la ignorancia y la codicia, la propia y la ajena, y ahí nos encontramos que aparece lo desconocido.

Joan: No tengo ni idea de lo que debe ser eso que llaman estar iluminado, pero mi opinión personal es que esto de la iluminación es algo de lo que nos gusta más hablar que no personas que lo experimenten, porque yo con todo el respeto no estoy seguro de haber conocido ningún iluminado, igual hay muchos y no sé reconocerlos. La única persona, no sé si iluminada, que he conocido y me parece que está completamente libre de sí misma y creo que esta es una buena expresión: “libre de sí misma”, en el sentido de que esto a lo mejor refleja la iluminación, la única que me ha parecido así es Amma. Sin duda es una fantasía que yo le he adjudicado. Por lo demás yo no veo que abunden estas personas que están libres de sí mismos, lo que abunda es una gran adicción a sí mismo.

Esto que se dice que a lo mejor nos gustaría estar iluminados, pues la verdad es que no tengo ni idea. En el fondo quizá no importa en absoluto. ¿Y si ya estamos todos iluminados y simplemente no lo reconocemos? Mejor me callo y me rindo a mi ignorancia.

Julián: Yo creo que hay que poner cierto rigor en este sentido, porque precisamente el que busca la iluminación se aleja de la iluminación porque el ser está siempre presente, mientras que si lo buscas te estás alejando. Como dice el Vedanta el buscador es lo buscado, lo que pasa es que probablemente el camino espiritual no es más que una ficción, pero es a través de esa ficción que es el camino que te das cuenta de que ya estabas donde siempre habías estado.

Joan: Es esto. Esta formulación del Vedanta Advaita me gusta.

Julián: Cuando le preguntaron a Ramana Maharshi y ¿Usted donde irá cuando muera? Y él dijo “dónde voy a ir, donde siempre he estado”. En el Ser que es la pura conciencia. De todas maneras como yo en los pequeños y grandes maestros que he conocido he visto grandes y pequeños pecados, que tenían que ver con el sexo, el dinero, la fama y poca cosa más....

Joan: Esto no son pecados, son aficiones, son entretenimientos. La iluminación no debe ser aburrida (Risas).

Julián: Pero lo que me parece interesante desde esta experiencia es que esto vale la pena porque el camino no es fácil, porque precisamente esto es la grandeza del ser, que es capaz de colocarse en otra posición,

en otra óptica desde la propia inercia.

Joan: Creo que muchos que hemos buscado o buscamos qué es trascendencia o iluminación en el fondo lo que buscamos es más amor o más envanecimiento o más tonterizamiento por llamarlo como quieras, porque en el fondo lo que más nos cuesta a todos es pensar que no somos especiales, asumir que no somos especiales, es decir, asumirnos miserables, asumirnos como cualquier otro, asumirnos nada o asumirnos nadie y la promesa espiritual de que uno estará allí sentado, vestido de blanco y mirando al horizonte... ¡Ja, ja!.

Julián: Pero no hablemos tanto de lo espiritual también hablemos de lo terapéutico ¿no se estará convirtiendo el terapeuta también en un nuevo gurú?

Joan: Hombre, yo ya hace años escribí un artículo que hablaba de la figura del terapeuta como prostituta, como científico, como sacerdote y como gurú. Se trataba sólo de metáforas por supuesto. Quería decir que el terapeuta atiende, –pone atención–, el cuerpo y la energía, las emociones, los pensamientos y los asuntos trascendentes.

Julián: No será fácil estar delante de la miseria del otro cuando uno de alguna manera está en el otro bando, diríamos que uno de los grandes pecados del mundo espiritual es que tú no tengas tu propia práctica. La pregunta en la terapia sería ¿realmente das un soporte al dolor del otro cuando tu vida es liviana, cuando juegas a ser terapeuta?

Joan: Yo creo que el terapeuta debe de estar torneado con los asuntos cruciales del vivir, a través de su propia

experiencia o acumulándola, con respeto a las personas, en la consulta. Luego tiene que ser humilde y no creerse mejor que nadie, sobre todo no mejor que sus pacientes, y también tiene que saber que no es muy importante y que no es muy significativo para sus pacientes, que está de paso, que es tangencial y que acompaña o ayuda, a ser posible de una manera no muy prolongada en el tiempo. Los grandes vínculos terapéuticos, me refiero a cuando se prolongan mucho en el tiempo, pretenden en cierto modo la ficción de que hay algo que va más allá de un encuentro tangencial, como si pudieran suplantar vínculos verdaderos de pareja o entre padres e hijos por ejemplo. Un vínculo entre terapeuta y paciente nunca es muy significativo en el Alma. Puede haber agradecimiento o respeto, o reconocimiento, o cariño, o todo esto a la vez pero a nivel de vínculos profundos del alma no es muy significativo. En este sentido el terapeuta prudente creo que aprende a saber que no es muy importante para sus pacientes y que está bien que así sea, que está de paso.

Julián: ¿Y tu relación con tus maestros?

Joan: ¿Con mis maestros terapeutas, espirituales, o...?

Julián: No sé ¿dónde está la frontera? ¿Dónde has necesitado una honestidad del maestro? ¿Dónde le has aplicado lo mismo que dices para el terapeuta, que no es tan importante la persona, etc.?

Joan: Lo primero es que si uno está en la posición de paciente, de discípulo o, llámalo como quieras, uno tiene que aprender a no esperar la perfección. A mí, por ejemplo, nunca me han interesado los

maestros ni las personas perfectas. Las prefiero reales, genuinas. Me han interesado cuando son imperfectos y cuando están cómodos con su imperfección entre comillas según cánones muy limitados. ¿Por qué en verdad quién tiene el poder de juzgar y condenar a nadie? ¿Quién se encarga de dictaminar sobre lo perfecto y adecuado?

Por ejemplo, una de las cosas que más siempre me ha conmovido y atraído de Claudio Naranjo es su transparencia, no estar pretendiendo ser distinto de lo que es. Su saber estar con sus cosas tal como son con dignidad y espontaneidad, sea lo que sea, incluso en lo que resulta incómodo. Para mí esto ha sido una gran lección de vida: aprender a estar con lo que uno es y segundo que las cosas no son blanco o negro, que la vida está hecha de matices y colores. De Claudio, por ejemplo, también he aprendido mucha conformidad con lo que la vida trae y al mismo tiempo mucha capacidad de arriesgarse y empeñarse con lo que uno quiere y desea. En este sentido uno aprende por espejo vicario que si te relacionas con alguien que sabe o ha aprendido o está en el camino de estar cómodo consigo mismo, incluso con aquello que parece que sería feo, pues uno aprende también a estar cómodo consigo mismo, incluso con aquello que le parece feo de sí mismo. Y esto es una alquimia, esto es una transformación también. Lo que parece amenazante y difícil se convierte en recursos y talentos. En Gestalt hablamos de aprovechar la propia patología al servicio de la ayuda y de la vida.

Lo que me pasa también, y tengo que confesarlo, es que pensar en la iluminación

no se me había ocurrido hasta hace tres o cuatro años. Nunca me lo había tomado muy en serio, siempre me habían parecido juegos cortesanos más bien –sin duda el cortesano era yo-. Siempre he sido, no sé como te lo diría, como si yo me sintiera en lo hondo muy espiritual pero al mismo tiempo como si me pusiera muy frívolo para que no se notara por un lado y por otro lado en el ambiente nunca he sido de los que se ponen devotos, esforzados, de los que muestran la fe o la creencia. Pero sí que confieso que hace tres años, un día, en una meditación, aún y asumiendo que no sé de qué se trata, pensé que quizás estaría bien, pero lo que pensé es que probablemente se parecería mucho a estar vacío de uno mismo, que probablemente se parecería mucho a tener una especie de silencio, que es un silencio que está conforme con todos los ruidos del mundo. Pero tú me preguntabas la relación con mis maestros ¿en qué sentido?

Julián: En el sentido de lo que uno espera de los maestros. Diríamos que para ir a donde uno no sabe tiene que ir por donde uno no sabe, como diría San Juan de la Cruz, y entonces gracias a esa cantidad de sabios que han dejado algunas huellas en el camino, gracias a esa generosidad, pues vamos por un camino donde al menos podemos tener alguna lucecita. Entonces lo que quiero decir, con todo el respeto del mundo, que a mí me parece que colocarse a veces en la posición de maestro teniendo detrás un linaje o unas piedras tan sólidas y bien colocadas pues es para pensárselo. Es decir, más honestidad al menos con lo que uno puede transmitir, con lo que uno más o menos ha ido integrando.

Joan: Ya te entiendo, pero es que yo debo

ser un poco ácrata espiritual porque a mí toda la parafernalia de los linajes, de los rituales, etc., me aburre.

Julián: Yo tampoco la conozco mucho...

Joan: Yo ¿sabes qué pienso Arjuna? Que el maestro está en todas partes y entiendo lo que dices de que es una bendición cuando te encuentras con personas que están más libres de sí mismas, que comprenden que nada es tan importante y que no se creen sus pensamientos, ni sus emociones, ni su cuerpo, que gozan de una cierta libertad y ahí uno parece como que se impregna de algunos conocimientos, de algunas comprensiones. No sé, igual yo no soy muy devoto de nada.

Julián: Yo nunca he seguido ningún maestro en concreto pero más que la parafernalia del linaje simplemente son unas personas que se despiertan a las cuatro de la mañana y se acuestan a las once de la noche en silencio, como los monjes cartujos, o de una tradición o de otra, pues yo me quito el sombrero por esa gente que están abriendo un camino a la paz o a la comprensión, digamos que es muy serio. Un cirujano que deba abrir un pecho y sacar un corazón y poner otro debería saber lo que es la válvula del corazón, lo mismo digo yo, es decir, que puede haber una tendencia a que con dos o tres experiencias más o menos, con un cierto arrobamiento o con una subida de la energía y uno dice ya está, yo ya tengo algo que decir, ya estoy iluminado.

Joan: Yo me fiaría más fácilmente de los maestros que son sencillos, que están en la tierra, que no hacen mucho ruido, que no se venden mucho en los anuncios de maestros

espirituales y que no son pretenciosos. Además me gusta si dudan un poco sobre si tienen la verdad de alguna manera, aunque en el fondo de su corazón palpite el universo entero en su verdad.

Julián: Incluso yo diría que el falso maestro o el falso terapeuta está haciendo una función en esa gran cadena del universo, digamos que está acelerando el que empecemos a tener un cierto criterio para saber qué es lo que se cuece, qué es el camino. Seguro que todo está bien...

Joan: Yo, por ejemplo, fui a Poona ver a Osho, debe hacer veinte años y a mi no me pasó nada. La gente estaban todos como enamorados de Osho, como flipados con Osho, y mira que a mí me gustan algunos de sus libros y algunos de sus textos, y me gustaba lo que decía. Pero a mi no me pasó nada especial.

Julián: Porqué te fijarías en las chicas que había... (risas)

Joan: Esto es lo que me hizo sospechar... que no era normal la cantidad de mujeres hermosas de media por metro cuadrado.

Julián: A lo mejor ibas para ligar...

Joan: Lo cierto es que no ligué (risas), aunque me prometí volver para resarcirme pero todavía no lo he hecho. Yo iba para curiosear. Cada uno es como es pero quizás yo tengo una cierta alergia al espectáculo y me siento más cómodo en una charla amigable. Por supuesto que hay gente que dan lecciones en el sentido de que te hacen ver muchas veces de que esto no es importante, lo otro no es importante, lo otro tampoco es importante, que miran

compasivamente la tontería en la que uno cae una y otra vez, y supongo que lo hacen desde un lugar donde ya tienen la perspectiva de lo infinito, la perspectiva de lo eterno, y se dan cuenta del juego de la vida y lo miran como diciendo, bueno... paciencia.

Sin embargo como te decía yo debo tener una cierta alergia a la parafernalia y al discipulismo espiritual.

Julián: Que es lo que yo directamente critico....

Joan: Es que es como todo, como esto del new age y de las corrientes de autoayuda, es como que aquí se vende de todo. La espiritualidad vende también porque hay mucha gente necesitada y a veces digo (si esto tiene que salir en algún lugar ya lo retocaremos -risas-) ¿en lugar de tener sentido del humor, por qué no podría ser más psicópata yo? Porque pienso que si fuera más psicópata, un verdadero psicópata sin fisuras, me pondría de gurú jodido y perverso, que me dieran sus patrimonios, que me dieran todas las mujeres. No es tan difícil... Pensándolo bien tampoco sabría que hacer con los patrimonios y las mujeres. Bueno volvamos a la realidad.

Julián: Te saldrían competidores.

Joan: Pero hay mercado para todos. En realidad lo que te estoy diciendo es que hay maestrillos espirituales que son verdaderos psicópatas y su bondad huele a azufre, y que se alimentan de almitas descarriadas, pero bueno cada uno con su destino, las almitas descarriadas con su destino y el Lucifer disfrazado de Santa Ágata con su destino también. ¡Oye! creo

que a estas horas me empiezo a poner sarcástico.

Julián: Yo de todas maneras, para ir acabando, lo que diría es que cuando aparece una experiencia digamos extraordinaria, de cualquier tipo, de gran paz o de gran visión o de gran energía, etc., cuando has visto que el ego se ha quedado en paréntesis ha aparecido esta otra experiencia, pero llega un momento en que el ego vuelve y ahí está el problema, porque el ego lo primero que hace es colocarse una medalla y esto en la tradición estaba muy vigilado.

Joan: Muy encauzado para que no se perdiera tanto...

Julián: Después de una experiencia lo que venía a continuación era una colleja y a lavar platos. Esto es a lo que yo tengo más miedo, es decir, le tengo miedo a gente que empieza ciertas experiencias y yo que tengo algunos alumnos de este tipo, que empiezan a hablar directamente con Dios, y que empiezan de alguna manera a descolocarse y a manipular, y entonces si no hay una claridad en ese sentido, un ego fuerte digamos que pueda poner las cosas en su sitio, pues nos encontramos con un verdadero problema.

Joan: Pero esto son...

Julián: Gajes del oficio, o algo irremediable que forma parte del camino.

Joan: Yo creo que forma parte del camino, pero uno puede perderse muchas veces y luego reencontrarse.

Julián: O no.

Joan: O no, pero cada uno con su destino. Seamos honestos también ¿quién no ha tenido experiencias extraordinarias? ¿Quién no ha tenido momentos donde siente la liberación, donde siente la unión? Yo creo que todos hemos tenido pequeñas experiencias, o más grandes quizás algunas personas, donde sentimos o sienten esta vibración, esta conexión con la totalidad o con la vida, es decir, que se diluía algo, que estábamos libres y bueno, y luego volvemos al redil y la vida funciona así. Aunque puede ser que haya personas que han tenido experiencias que les han resultado tan interesantes o tan originales que luego las proclaman como el camino, puede ser, y a lo mejor ayudan un tiempo y hay gente que les viene bien eso... que sé yo. Son ideas.

Julián: Tampoco no sabemos los caminos que nos depara la vida.

Joan: Pero yo soy más partidario de vivir ya que en el vivir uno encuentra los caminos del espíritu y no al revés, es decir, se puede ser partidario de buscar la espiritualidad y mientras uno la busca vive. Yo soy partidario de vivir.

Julián: Yo también. Es la vida la verdadera maestra.

Joan: En el vivir también se puede dar el máximo goce y la máxima libertad. A lo mejor es pura ignorancia, son temas tan difíciles que en realidad somos bastante ignorantes.

Julián: Por supuesto.

Joan: De todas maneras para terminar una

anécdota, porque tú hablabas de lo sagrado y nosotros estuvimos en Chile este verano y una amiga, nos contó que en el sur de Chile una vez se encontró con una indígena, una chamana, una mapuche y entonces fue a preguntarle ¿este árbol para vosotros es el árbol sagrado, no? Y la mapuche la miró y le dijo: No. Y ella preguntó ¿cómo que no? Y la chamana respondió: No, para nosotros todo es sagrado. Y esto es la enseñanza también. A veces la persona que pregunta esto es la que busca el icono espiritual para lucirlo en la feria de artesanías espirituales del sábado en Central Park, por decir algo, y la mapuche le dice que todo es sagrado, que todo es igualmente digno y respetable, lleno de la vida que nos inflama a todos.

Julián: Pero ahí está el que cambiamos el collar de lo profano por lo aparentemente sagrado, otro collar, y entonces ahí es donde no se acaba de entender qué significa la sacralidad. Yo a veces pongo como ejemplo que el árbol desde la visión profana es tanta madera, tantos frutos, etc., digamos el árbol desconectado de lo que lo envuelve, y la visión sagrada es que ese árbol es un ser con sus raíces, que de alguna manera la nube, la lluvia y la tierra, todo eso es un todo, todo ese microuniverso que vive en el árbol, esa globalidad, esa profundidad, esa no separatividad, es lo sagrado.

Joan: También nos podemos preguntar qué diferencia hay entre hacer la carrera de la riqueza o hacer la carrera espiritual.

Julián: Es lo mismo, depende de la actitud.

Joan: La zanahoria es la misma, la carrera no es muy distinta, uno persigue los

millones de dólares en el banco y otro persigue las visiones de Dios en lo alto de los Himalayas. Entonces no hay mucha diferencia.

Julián: No, no la hay.

Joan: Esto de la espiritualidad tiene que estar en lo cotidiano, en la respiración, en la mirada, en el ser, en el encuentro, en todo. Todo tiene que ser sagrado, todo tiene que estar lleno. Esto es lo que dicen en el advaita, no hay que buscar nada porque todo está aquí.

Joan Garriga

** ¿Dónde están las monedas?. Joan Garriga.
Ed. Rigden Institut Gestalt*

*– Joan Garriga es psicólogo y director del
Institut Gestalt de Barcelona.*

*Desde 1999 trabaja con Constelecciones
Familiars y es presidente de la Asociación
Bert Hellinger*

Julián Peragón

Centro simbólico: Jesús Liébana

Centro de



sala. De
los
elementos
que lo

componen podemos ver que
hay uno dominante.
Se trata de un
trozo de madera.



Dicho así puede que no nos sugiera nada. Te voy a decir mas: se trata de una sección de un tronco de un pino talado hace trescientos años y no en un día cualquiera, sino que fue en la primera luna menguante de otoño. Era la época que se escogía para talar los árboles que habían de servir durante cientos de años como estructura de las casas.

En éste tronco hay puesta sabiduría.

Éste trozo de tronco ha sido parte de una casa, de un hogar. Ha sido testigo de varias generaciones. Ha contemplado nacimientos, muertes, miserias, alegrías.

En éste tronco hay puesta mucha vibración.

Quiero representar un respeto por lo que nos es dado. Por todas las transformaciones que el tiempo ha forjado en los materiales, en la Tierra, en las culturas. Un respeto que no sea coartada de inmovilidad, de parálisis. Sino todo lo contrario, que sea un despertar hacia nuestra responsabilidad con el mundo.

La forma. Es cuadrado, y lo he usado de base.

Con ello quiero representar eso, Los cimientos. Forjar una buena base y desde ahí crecer. Puede que a veces se pierda

mucha energía en construir la base, y después despegar sea un poco difícil. Creo que ahí estoy yo, arrastrando una pesada base.

... Y sigue siendo 'un trozo de madera', pero ahora es nuestro 'trozo de madera', ahora todos nosotros también formamos parte de él.

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.

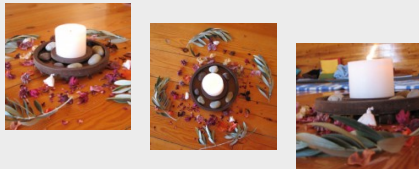
Ambos se tenderán en el lecho uniendo su respiración, lenta y profundamente, en un estrecho abrazo. La mirada en el otro aspirando de su boca el aliento, las manos entrelazadas, el pene parcialmente introducido. Ella contrayendo su vagina succionará dulcemente el pene, él permanecerá pasivo.

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

Centro simbólico: Marta Casanovas



Centro simbólico: Berta Lesma

