

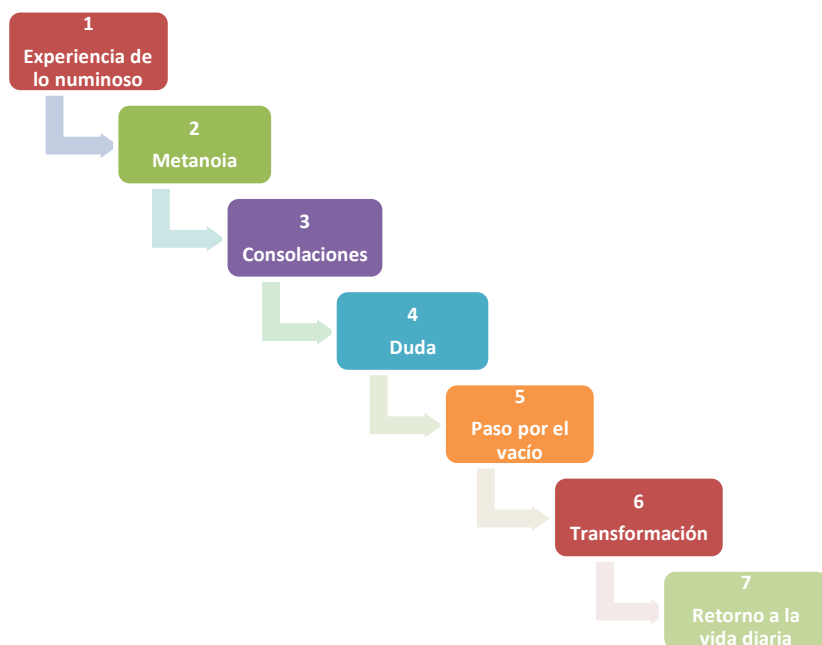
INTRODUCCIÓN A LA FENOMENOLOGÍA DE LOS ITINERARIOS ESPIRITUALES

JEAN-YVES LELOUP

«El emperador Amarillo, paseando,
perdió su perla color-de-noche.
Mandó a la ciencia buscar la perla, pero fue inútil.
Mandó al análisis buscarla, pero fue inútil.
Mandó a la lógica, pero fue inútil.
Luego preguntó a la nada. ¡Y la nada la poseía!
Dijo el emperador Amarillo: "¡Es curioso, de veras!
La nada que no fue enviada,
la nada que no se esforzó en buscarla,
¡es la que poseía la perla color-de-noche!"»

Chuang Tzu

Les propongo recorrer las siete etapas que se mencionan en casi todas las tradiciones. Cada cual puede pensar en estas etapas con las imágenes y representaciones de la tradición que le sea más familiar. Sin embargo, tanto los antiguos terapeutas como Graf Dürckheim hablan en un lenguaje que no es religioso, es decir, que no pertenece a ninguna tradición particular. Hablan de la experiencia de profundidad que existe en todo ser humano. Lo que ocurre para que un hombre o una mujer, que lleva una vida considerada como normal, quiera de repente cambiar de vida. Un cambio de vida que será una travesía de sombra y de luz, con momentos de inmensa felicidad y momentos de aflicción y soledad.



Este itinerario puede ayudarnos a conocer la mística de las grandes tradiciones y puede ayudarnos además en el conocimiento de nosotros mismos. Porque, como decía Maslow y como recordaba Roberto Crema, si hoy estudiamos de modo científico la vida de los santos y la vida de los sabios, es porque tienen algo que enseñarnos sobre el verdadero ser humano. Y algunas veces estudiamos más de la cuenta al ser humano a partir de sus carencias, cuando podríamos conocerlo mejor a partir de su estado de realización. Pero este estado de realización no llega por sí solo. Es realmente un camino, y este camino no resulta sencillo ni fácil de recorrer.

Estas etapas de las que vamos a hablar son familiares a algunos de nosotros, y conviene que podamos compartirlas juntos. Podemos detenernos en cada una de ellas; pero lo que nos pide la tradición de los terapeutas o de Graf Dürckheim es que sigamos caminando. Porque lo más grave que podría ocurrirnos sería pensar que ya hemos llegado.

Primera etapa: la experiencia de lo numinoso

Como primer paso, como primera etapa de todo itinerario espiritual desde el punto de vista fenomenológico, se observa una experiencia de lo numinoso, ya sea de transparencia o de desgarramiento. Lo numinoso nos fascina, porque descubrimos nuestra realidad verdadera y, al mismo tiempo, nos da miedo porque, cuestiona nuestro modo habitual de vida y de conciencia. Más adelante exploraremos mejor los diferentes lugares de nuestra vida en que puede manifestarse lo numinoso.

En una aproximación rápida, para algunos, lo numinoso se manifiesta en la naturaleza, en la gran naturaleza; para otros se manifiesta en la experiencia artística; para otros tiene lugar a través de un encuentro, del encuentro amoroso, del encuentro de un espíritu con otro, de un corazón con otro. Lo numinoso puede darse en un lugar sagrado o en una lectura de un texto sagrado, con ocasión de un accidente o de un sufrimiento físico intolerable. Puede acontecer a través de una experiencia de lo absurdo, en donde nos vemos obligados a veces a ir más allá de la razón; o en una experiencia de soledad, cuando de repente nos sentimos envueltos por una presencia. Finalmente, puede ser una experiencia de proximidad a la muerte; y sobre este tema tenemos en la actualidad numerosos testimonios.

Podría decirse que el ser habla a cada uno en el lenguaje que comprende. No todos comprenden el lenguaje de la naturaleza o el lenguaje del arte. Entonces, el ser puede tocarnos, puede buscarnos a través de experiencias inesperadas, felices o desgraciadas. Pero esta experiencia es única. En ella sucede algo que nunca podremos olvidar y que tampoco podremos explicar. Y a veces, en determinadas antropologías, estas experiencias se ven reducidas o quedan excluidas.

En un itinerario espiritual hay que hacer de esta experiencia una oportunidad de iniciación. No considerarla como algo que nunca se reproducirá ni como una gracia maravillosa que nos gustaría se repitiera a cada instante. Porque esta experiencia es una revelación de nuestra verdadera naturaleza.

Pero entonces cabe preguntar: ¿cómo volver a encontrar en nuestra vida cotidiana lo que podríamos llamar *peak experience*, experiencia cumbre? Graf Dürckheim le llamaba experiencia de horas estelares de la existencia, donde las estrellas nocturnas nos sirven de guía. Es importante conservar el recuerdo de estas horas estelares. La estrella que nos va a colocar en el camino es la estrella de Belén. Y los magos, los pastores, la mula y el buey simbolizan a toda esa humanidad inconsciente y a veces sufriente.

Segunda etapa: la metanoia

Así nos aproximamos al segundo paso, que podríamos llamar *metanoia*, cambio de vida, cambio de conciencia. En esta segunda etapa buscamos a alguien que pueda iluminar lo que acaba de sucedernos. Porque podemos preguntarnos con lucidez si no estaremos soñando, si lo que nos pasó no será una fantasía, si no estaremos contando historias. Y la señal de que nos ha tocado realmente la experiencia numinosa es que ya no podemos vivir de la misma manera que antes. Intentamos aclarar lo ocurrido y tenemos en nosotros la humildad necesaria para llegar a un real discernimiento. De lo contrario, correríamos el riesgo de caer en la inflación, en la megalomanía.

La función de la persona que nos va a acompañar, sea un terapeuta, un amigo o una amiga, es,

por un lado, la de tranquilizarnos sobre lo que nos acontece: «No. No estás volviéndote loco. Pero ¿qué vas a hacer? ¿Qué es lo que vas a hacer de esa experiencia?». En ese momento, el que nos acompaña debe ser también un guía espiritual, que no solamente escucha, interpreta y comprende, sino que nos ofrece además diversos medios, ejercicios y prácticas que nos permitirán recuperar el contacto con esa experiencia inesperada e integrarla en nuestra existencia. La integración es esencial, y por eso hablamos tanto de ella. Porque puede que hayamos tenido experiencias maravillosas y magníficas; pero, en concreto, ¿en qué han cambiado nuestra vida? ¿Qué es lo que ha cambiado en nuestra vida cotidiana?

De esta manera, podemos necesitar una práctica, un método en nuestro itinerario. La palabra método se deriva del griego *methodos*, donde *odos* quiere decir «camino». ¿Cómo encontrar el camino hacia nuestro propio centro? Por tanto, si tenemos la suerte de encontrar a un terapeuta, un amigo o un guía, hombre o mujer, esta práctica comenzará a dar frutos.

Tercera etapa: las consolaciones

Entramos en la tercera etapa, en la que tenemos un cierto número de experiencias gratificantes, llamadas comúnmente consolaciones. Son momentos en los que, efectivamente, la paz dura un poco más y en los que, dentro de nuestra mente, el silencio se convierte en algo real. Allí la luz tiene una duración mayor que la de un relámpago. San Juan de la Cruz habla mucho de estas consolaciones de los principiantes y recuerda que a veces podemos tomar estas consolaciones como la finalidad del camino, apegándonos a ellas y queriendo repetir las. Es lo que se llamará materialismo espiritual. Nos apegamos a unos estados de conciencia, nos apegamos a esos pequeños ardores que vienen a visitarnos o a esas luces que son como chispas que centellean en nuestro cerebro.

Así pues, en esta etapa es preciso acoger esos momentos gratificantes con gratitud, pero al mismo tiempo no apegarnos a ellos ni buscarlos. Se encuentra esta orientación en todas las tradiciones. Porque, si nos apegamos a estos momentos, si queremos encontrarlos sin cesar, en vez de ayudarnos a avanzar, nos detendrán y bloquearán, haciéndonos entrar en una especie de complacencia con ellos.

Cuarta etapa: la duda

Pero la vida es una gran maestra y se encarga de desvanecer nuestras ilusiones. Algunas veces nos derriba del caballo, como le ocurrió a Pablo en el camino de Damasco. Otras veces nos hace encontrarnos con leprosos, como le sucedió a Francisco en su camino. Entonces es cuando podemos verificar si nuestra experiencia anterior echó raíces dentro de nosotros, si nuestra experiencia no era solamente un apego, un estado de conciencia particular al que llamamos «Dios» o algo semejante. Pero Dios está más allá de todos los estados de conciencia. En otras tradiciones se dirá que el Nirvana está más allá de todos los estados de conciencia. Corremos el riesgo de considerar un estado de conciencia particular, un estado de bienestar personal, como un ídolo y no como la presencia de Dios. Y por eso algunas veces la vida hace caer a los ídolos.

En la vida de los místicos siempre hay una cuarta etapa, que es la etapa de la duda. Una fase en la que nos sentimos secos, como si fuéramos el propio desierto. Después de haber conocido los oasis y el frescor de la fuente, es necesario seguir mucho tiempo caminando con temperaturas ardientes. Tras el tiempo de las consolaciones conocemos el tiempo de la prueba. Los japoneses llaman a este tiempo «la gran duda». Es el tiempo en que decimos: «Quizás este camino que he recorrido hasta ahora, lóelas esas prácticas contemplativas y meditativas, sean tan sólo ilusiones. Quizá lo que he llamado "gran amor" no sea más que una modificación de mis hormonas».

En esta etapa tenemos que cuestionarnos totalmente a nosotros mismos. Es parecido a lo que ocurre con el amor, cuando el verdadero amor se convierte en una dualidad asumida y superada. La fe verdadera se convierte también en una gran duda, asumida y superada. Pero la fe que no asume la duda no tiene nada que ver con la fe. Es solamente una creencia, una creencia que pertenece a una determinada sociedad, pero que no es una experiencia. La fe que asume la duda se adhiere a la presencia del ser que está presente, incluso cuando no lo sentimos.

Quinta etapa: el paso por el vacío

Así llegamos a la quinta etapa, al paso por el vacío, por una especie de vacío misterioso. En griego se habla de *kénosis*, que es una especie de aniquilamiento. Y en este caso será preciso discernir entre el vacío de la depresión y el vacío de un camino de transformación. El terapeuta debe estar muy atento en este momento. Una persona no se convierte en una gran mística porque se sienta deprimida; pero lo cierto es que, a veces, algunos místicos vivieron experiencias muy cercanas a la depresión. Tuvieron la impresión de que Dios los había abandonado, y llegó el momento en que ese mismo abandono ya no tenía importancia.

Estamos aquí muy cerca de esa experiencia de vacuidad, de la noche del espíritu y la noche de los sentidos. También de la noche de lo afectivo, ya que en esos momentos nos damos cuenta de que aquello que amamos no es el otro, sino el Totalmente Otro, de que lo que amamos es sentirnos enamorados. Lo que amamos somos nosotros mismos. En ese momento de vacío descubrimos la alteridad del ser, una conciencia distinta que no podemos confundir con ninguna otra conciencia particular. En esa experiencia de vacío es donde podremos vivenciar un nuevo nacimiento.

El maestro Eckhart, a quien Graf Dürckheim consideraba como maestro suyo, decía que es preciso ser virgen para hacerse madre. Es una frase extraña. ¿Qué quiere decir? Que es preciso vaciarnos de nuestro Ego. Ser virgen es vivir en un estado de silencio, silencio del corazón, de la mente y hasta silencio del cuerpo. En este silencio va a tener lugar una concepción inmaculada. En el vacío de nosotros mismos será engendrado el hijo, será engendrada la hija de Dios. Estas palabras pueden parecer atrevidas; pero tanto el maestro Eckhart como los Padres de la Iglesia decían que tenemos que hacernos Madres de Dios, Theotokos. Esto quiere decir que nuestro cuerpo, nuestro psiquismo, nuestra mente, cuando están en estado de silencio, dejan pasar la Gran Vida. Permiten que la Gran Vida se encarne a través de la forma particular que somos nosotros. Es como un vaso que, después de haber sido limpiado y purificado, se abre y puede dar de beber a los otros.

Sexta etapa: el estado de transformación

La quinta etapa, el paso por el vacío, nos conduce a la sexta, que es el estado de transformación, de unión. Los antiguos utilizaban una imagen para expresar esta idea. Cuando ponemos un haz de leña en el fuego, al principio hay una humareda; pero luego llega el momento en que la leña se transforma en fuego, y ya no distinguimos lo uno de lo otro. La experiencia interior es extraña, porque es como si estuviésemos más allá del sufrimiento. El fuego no quema al fuego; por eso, mientras el fuego nos quema, es señal de que todavía no nos hemos convertido en fuego.

Lo que se describe en esta etapa es el momento en que el haz de leña del Ego se transforma en la llama del *Self*. Es la experiencia de la zarza ardiente de la Biblia, donde se nos cuenta cómo el fuego ardía en la zarza, pero ni consumirla. La divinidad quema nuestra humanidad; no la destruye, sino que la ilumina por dentro. El *Self* no destruye al yo, sino que lo ilumina y lo

transforma por dentro.

Séptima etapa: la vuelta a la vida cotidiana

Podríamos creer que la sexta etapa de la transformación y de la unión era la última. Pero muchas tradiciones hablan también de otra etapa: la vuelta a la plaza del mercado..., del retorno a la vida cotidiana. Se trata de la integración en nuestra vida diaria de esta llama, de este aliento, de esta presencia en la que nos convertimos. Ya sabemos que en la plaza del mercado hay mucho trabajo. La plaza del mercado es nuestra ciudad, nuestra casa, nuestro país y también el universo. No nos falta trabajo...

El hombre despierto no es el hombre extraordinario, fantástico, que tiene un gran poder. Les recuerdo a este respecto una historia de Buda. Cuando uno de sus discípulos le dijo: «Practiqué mucho el dominio sobre la materia, y ahora puedo caminar sobre las aguas. ¡Soy muy feliz! Espiritualmente, ¿a qué nivel he llegado? ¿Cuánto vale esta realización? ¿Qué valor tiene este poder?», Buda le respondió: «Vete a preguntar el precio del pasaje al barquero que está en la orilla del río». Al hacer lo que Buda le pidió, vio que no era muy caro, que no valía mucho.

Por consiguiente, estar despierto, entrar en un camino de transformación no es ponerse a buscar lo fantástico o lo extraordinario, sino aprender a hacer de manera grande las rosas pequeñas. Como decía la madre Teresa de Calcuta: Lo que yo hago no es más que una gota de agua en el océano de sufrimiento que hay en el mundo; pero es con la multitud de gotas de agua como podremos transformar el océano».

También en esta etapa es necesario el acompañamiento de un terapeuta. A veces se presentan crisis, pero también períodos de ilusión. El papel del terapeuta o del acompañante espiritual consiste en volver a ponernos continuamente en marcha. En esa marcha pasaremos de una imagen de nosotros mismos, a la que podemos apegarnos, a otra imagen de nosotros mismos más profunda, más real. Esto supone que hemos de ser capaces de echar mano de lo antiguo. Y para ello, a veces, necesitamos un acompañamiento.

Conclusión

Como conclusión, quiero decirles que no es preciso oponer el conocimiento de sí mismo que propone la psicología al conocimiento de sí mismo que propone la espiritualidad. Porque una psicología que no se abre a un itinerario espiritual corre el peligro de encerrarnos dentro de nosotros mismos y de hacernos desesperar. Pienso en lo que nos decía Jacques Lacan: «La señal de que un análisis tuvo éxito es que la persona analizada se va a suicidar». Evidentemente, no estoy de acuerdo con esta visión. Yo diría más bien que al final del análisis, al final de un itinerario espiritual, no queda mucho de la imagen que tenía uno de sí mismo al comienzo del proceso. Es como si hubiera una muerte de sí mismo. Pero esta muerte no es el fin. Lo que algunos llaman muerte del gusano otros lo llaman nacimiento de la mariposa. El objetivo no es la muerte, sino la resurrección.

Una psicología cerrada en sí misma, que depende de una antropología limitada, no abierta a lo desconocido que habita en las profundidades del ser humano y en las profundidades del ser cósmico, puede conducir algunas veces a un callejón sin salida, Pero los itinerarios espirituales sin discernimiento psicológico, sin un trabajo de transformación personal, tienen el riesgo de conducir a la megalomanía. Nos consideramos Dios, emprendemos todo tipo de misiones. Como una rana que quiere ser tan grande como un buey, el yo quiere hacerse tan grande como el *Self*. Conocemos a algunas de esas personas que están como poseídas por un arquetipo interior, el arquetipo de la Gran Madre o el arquetipo del Viejo Sabio, y se identifican con esa imagen

interior. En esta identificación se da una inflación, hay una enfermedad. Esta enfermedad es a veces contagiosa, porque el narcisismo es contagioso. Ver a una persona con una idea tan elevada de sí misma puede tener algo de seductor, pero la seducción conduce también a la desilusión.

De este modo, lo que impresiona en un ser humano que ha entrado por este camino de transformación es, al mismo tiempo, su grandeza y su humildad. Sabe que es polvo y que al polvo volverá. Pero sabe que es luz y que a la luz volverá. No se puede olvidar ninguno de estos aspectos. ¿Y qué es el ser humano, sino esa mota de polvo que camina hacia la luz y que baila en ella? A este caminar, a esta marcha es a la que nos convidan Filón de Alejandría y Graf Dürckheim. Hay también un gran andariego, un gran caminante que se llama Francisco de Asís. Y su camino puede iluminar el nuestro.