

# Una aproximación a la filosofía perenne

así encuentre el camino de regreso a casa



Grupo Editorial



Juventina Salgado Román

## Índice

A manera de prólogo

Introducción . . . . . 13

**Capítulo I: Qué es filosofía perenne . . . . . 17**

1.1 Sus principios más importantes . . . . . 20

1.2 Espíritu y ego pueden coexistir . . . . . 31

1.3 Espiritualidad: Fundamento de valores  
esenciales . . . . . 33

1.4 Urge retornar a casa . . . . . 42

**Capítulo II: Recorrido autobiográfico a la luz de  
la filosofía perenne . . . . . 51**

2.1 Comienza adoctrinamiento religioso . . . . . 55

2.2 Concibiendo a Dios como persona . . . . . 59

2.3 Hacia una vision materialista . . . . . 63

2.4 Comienza el camino de regreso a casa . . . . . 68

2.5 Nuevas decisiones en el camino . . . . . 80

2.6 Otra manera de percibir . . . . . 96

2.7 Un ser querido abandona este mundo . . . . . 99

2.8 Un dilema: un desafío . . . . . 102

<b>Capítulo III: La conciencia del lado oscuro . . . . .</b>	<b>105</b>
3.1 Cuando el ego busca tomar las riendas . . . . .	110
3.2 Vulnerabilidad que fortalece . . . . .	113
3.3 Buscando el centro . . . . .	115
3.3.1 Un poco de pensamiento poético perenne . . . .	117

## Agradecimientos

Agradezco profundamente al Ser Supremo por permitirme diseminar a través de este libro una semillita de luz, que seguramente llegará a la mente y a los corazones de quienes sueñan un mundo mejor. Así mismo agradezco a Silvia Guadalupe Alarcón Sánchez, por su invaluable apoyo en la revisión del trabajo. A Humberto José Malavassi Calvo, por su abierta disposición y sensibilidad para elaborar el prólogo. Así mismo agradezco a Jesús Samper Ahumada por sus acertadas orientaciones en cuanto a referencias bibliográficas. También agradezco a mi familia y amigos que incidieron de algún modo en los encuentros y desencuentros para configurar la visión y percepción de la existencia que hoy tengo. A todos aquellos que fueron avatares en las coincidencias significativas, aun cuando hayan parecido simples casualidades.

## A manera de prólogo

Este libro nos hace reflexionar en un momento crucial en el que el ser humano se va confundiendo en su pensamiento o como se dice popularmente se va enredando en sus mecatres, al decidir qué quiere de su vida a corto, mediano y largo plazo, en cuanto a éxito, satisfacción personal, y sobretodo felicidad. Ya los expertos manifiestan que el gran derroche de tecnología en el mundo no es equitativo para todos, ni ha reducido la pobreza, la soledad, el egoísmo, la soberbia, y otros males que nos aquejan, así mismo el consumismo exacerbado y la necesidad de la apariiencia externa van causando un daño y dolor entre las personas olvidándose de dos cosas importantes: primera, que no somos los únicos seres que habitamos este planeta, por lo que cada abuso o daño que le causemos va a dañarnos a nosotros mismos, a otras criaturas y seres vivos, y segunda; nuestro ajetreo cotidiano no sólo nos va despersonalizando y alejando de las personas que queremos por la búsqueda desleal de poseer y surgir cueste lo que cueste, sino también nos distrae y desvía a la hora de tomar decisiones entre lo urgente y lo importante.

Pareciera que muchos de nosotros hemos perdido la capacidad de conocer nuestra espiritualidad, confundida por una religiosidad que para muchos fanáticamente hablando sólo los separa cada vez más de sus propios hermanos. Entre lo cotidiano y lo material con todo el estrés que conllevan nos hacen olvidar nuestra naturaleza divina, cambiando la cantidad por la cualidad a la hora de valorarnos y valorar a los demás impidiendo que conozcamos nuestro interior y que podamos aspirar a otro conocimiento, con poderes y vida moral más elevada.

Humberto José Malavassi Calvo

## Introducción

El pensamiento que aún predomina y que rige los diferentes espacios de nuestra existencia es el que nos heredó Descartes, Newton y Bacon como respuesta al dogma de la Edad Media donde la única verdad la tenía la iglesia. Ellos plantearon las bases del paradigma cientificista, reduccionista, mecanicista y fragmentado, asumiendo un mundo mecánico y sin vida, reconociendo como única realidad lo visible, lo mensurable, lo objetivo, dejando de lado otras dimensiones de la experiencia subjetiva; así que la espiritualidad fue relegada al nivel de la superstición, pues según este pensamiento, la materia es el principal constituyente de la realidad y lo que no se ve, simplemente se declara inexistente.

Con los nuevos paradigmas emergentes de la nueva ciencia y los fundamentos de la sabiduría de místicos (sobre todo de oriente) y filósofos de la antigüedad, hoy tenemos la posibilidad de recuperar la dimensión espiritual de los seres humanos, revalorando, reencontrando y reconociendo nuestra verdadera naturaleza. La Filosofía Perenne nos proporciona los fundamentos que existen en este campo a lo largo de la historia de la humanidad y que hoy vuelven a resurgir y a tomarse de la mano con la ciencia.

Hablar de Filosofía Perenne es hablar de la dimensión espiritual, de lo eterno, lo absoluto, lo indestructible. Es reconocer una realidad divina esencial en el mundo de las cosas, las vidas y las mentes, en todo se encuentra algo idéntico a ella. Nuestra esencia es el universo entero y el universo todo vive en nosotros cuando accedemos a esa realidad, despertamos a lo que somos: UNO con el TODO.

Para la Filosofía Perenne la divina base de toda existencia es un absoluto espiritual y a veces susceptible de ser experimentado por el ser humano. Como pensamos percibimos, el mundo que vemos es según lo que nosotros ponemos en él. Estos principios suponen una nueva visión y un correspondiente cambio de paradigma.

La comprensión de la Filosofía Perenne es crucial en el contexto de las diferentes crisis económicas, sociales, culturales y hasta existenciales. Finalmente como lo señala Frijof Capra<sup>1</sup>, todas son manifestaciones de una misma crisis, es decir, de percepción; el paradigma que hasta hoy sustenta nuestras vidas, empieza a agotarse. Necesitamos reestablecer las relaciones con nuestra naturaleza divina, asumirnos como lo que realmente somos: seres espirituales viviendo experiencias humanas. Necesitamos sentar las bases de relaciones de concordia, respeto, compasión y amor con nuestros semejantes y con el planeta entero.

---

<sup>1</sup> Capra Fritjof. *El punto crucial*. 1998. Argentina, Buenos Aires. Editorial Troquel, S.A. pp.17-18.

El libro que tienes en tus manos es una invitación para que explores a través de un viaje interior las experiencias de vida que te llevan a mirar más allá de lo inmediato. Es una reflexión sobre la esencia perenne que somos y cómo nos conectamos con ésta mediante diferentes vivencias de la vida cotidiana.

Sugiere la idea de que en el camino de la vida hay experiencias que son significativas y que nos conectan con lo trascendente, a veces dolorosas y otras felices, pero todas ellas son al fin de cuentas aprendizaje y evolución de conciencia, en la medida en que permite la emergencia de nuestro Ser y vuelve la mirada hacia el mundo interior, recordándonos nuestra naturaleza y la apremiante necesidad de reintegrarnos en totalidad. Compartimos todos y con todo la misma esencia perenne que nos hace idénticos y una misma familia.

En el primer capítulo abordo qué es la Filosofía Perenne y algunos de sus principios más importantes. En virtud de que la entendemos como una experiencia personal y directa, el segundo capítulo consiste en mi autobiografía espiritual y finalmente en el tercer capítulo expongo algunas reflexiones respecto a cómo vivo hoy la espiritualidad con todo lo que esto supone, el lado oscuro y los momentos luminosos.

Las razones por las que integro mi autobiografía espiritual son las siguientes: a) la espiritualidad es fundamentalmente una experiencia personal y directa, su desarrollo no

está dado por las vivencias de otras personas, sino por la propia; b) lo más cercano que conozco en este camino es mi propia experiencia; c) me ayuda a ilustrar lo qué es la Filosofía Perenne en las diferentes circunstancias y formas en que emerge en el proceso de la vida.

Espero querido lector que estas sean razones suficientes para justificar el pretexto de aproximarme a la Filosofía Perenne, con el ánimo de que te sientas motivado a explorar el mundo interior que nos conecta con lo trascendente y que da sentido a nuestras vidas, pues es desde lo perenne que podemos generar nuevas percepciones de la realidad, más allá del mundo inmediato. Es la esencia que compartimos la que nos conduce hacia conductas, comportamientos y valores esenciales y universales hacia un mundo donde los seres humanos podemos vivir juntos, en armonía con todas las formas de vida y entre sí, teniendo al Kosmos como nuestro hogar y a la humanidad como nuestra familia.

Si bien la vida toda es un proceso de causalidades cuya razón de ser tiene como propósito la evolución de conciencia o crecimiento espiritual, incluyendo aquellos momentos que parecen triviales o meras coincidencias, mi autobiografía espiritual está constituida sólo por aquellos eventos más relevantes de mi vida, que fueron experiencias luminosas o no pero que de cualquier forma me impulsaron a buscar respuesta en una realidad superior.

## Capítulo I

### Qué es filosofía perenne

La Filosofía Perenne es una realidad divina sustancial en el mundo de las cosas, vidas y mentes, la sustancia divina que es común a todo. Por eso este elemento se encuentra presente en todas las tradiciones religiosas. Todo ser humano tiene como fin último descubrir quién es, descubrir su naturaleza divina, en el sentido de que todo lo trascendente es inmanente. El TODO está en uno y uno es el TODO. El absoluto es más allá del tiempo, del espacio y de lo sensorial.

Perenne significa que tiene un carácter invariable, esta filosofía se centra en la cualidad, hacia la experiencia interna. No se trata de más cantidad, sino de lo más real como trascendente, por eso desde este campo se otorga un lugar importante a los místicos. No obstante también concede un lugar importante a la razón, pero sólo como una herramienta para acceder a otro conocimiento con poderes superiores y trascendentes que elevan la vida moral.

Con el nacimiento de la ciencia mecanicista y fragmentada se separó el conocimiento científico del campo de lo divino. Puesto que a Dios no se le podía conocer con los instrumentos científicos, era mejor negarlo y descalificarlo como algo real. Fue así que la esencia perenne de la humanidad quedó relegada, pues la ciencia desplazó a la tradición y a lo cualitativo. Con este pensamiento hemos sido condicionados a creer que lo único real es lo mensurable y tangible; nos olvidamos de quiénes somos en esencia y nos identificamos con el cuerpo, nos conducimos priorizando lo material por ignorar que somos fundamentalmente espirituales. Sin embargo, en la filosofía griega se planteaba ya la importancia de descubrir y reconocer la naturaleza divina de los seres humanos. Sócrates decía “*conócete a ti mismo*”, Platón enfatizaba el papel de los filósofos para ayudar a las personas a recordar la luz.

La Filosofía Perenne consiste en esa visión que la mayor parte de los maestros espirituales, filósofos, pensadores y algunos científicos de todo el mundo, comparten; se encuentra presente implícitamente en todas las culturas del planeta y en todas las épocas, por eso se le conoce como “perenne”. Podríamos decir que es un punto de convergencia en lo esencial; en todas partes y en todos los tiempos presenta las mismas características.

En esta época desafortunadamente estamos condicionados con los fundamentos del paradigma científicista y en consecuencia se nos hace difícil creer que históricamen-

te compartamos una misma esencia. Sin embargo, estas verdades Universales conforman el legado de la experiencia de toda la humanidad; en todo espacio físico y temporal los seres humanos hemos coincidido en esas profundas verdades sobre la condición humana y de cómo acceder a lo trascendente.

Si bien existen diversas culturas que hacen distintos a los diferentes grupos humanos, como la alimentación, el vestido, el idioma, las formas de organización, las costumbres y los estilos de vida por ejemplo, existen también fenómenos en la existencia humana que son, en gran medida, universales o colectivos. El cuerpo humano tiene por ejemplo doscientos ocho huesos, un corazón y dos riñones, independientemente del lugar y la época en que se encuentren. Estas características comunes son esencialmente las mismas en todas partes.

En el espacio de la mente humana sucede lo mismo, existen distintas formas de pensar entre los diferentes grupos, pero tienen en común por ejemplo la capacidad de formar imágenes, símbolos, conceptos y reglas. Aunque el tipo de imágenes y símbolos pueden adquirir ciertas particularidades de una cultura a otra, pero lo cierto es que la capacidad de formar esas estructuras mentales y lingüísticas es esencialmente la misma en todas partes. Las estructuras mentales superficiales varían considerablemente entre sí, pero las estructuras mentales profundas son, por su parte, similares.



Así como el cuerpo humano tiene universalmente una estructura ósea, produce pelo y la mente ideas; el espíritu humano también genera universalmente intuiciones sobre lo Divino. Esas intuiciones y vislumbres constituyen el centro de las tradiciones espirituales del mundo entero. Aunque las diferentes tradiciones religiosas tienen respecto a sus creencias diferencias superficiales, comparten esencialmente las mismas que las hacen semejantes y algunas veces idénticas.

La Filosofía Perenne se ocupa fundamentalmente de las coincidencias en el encuentro humano con lo Divino. Aquellas verdades sobre las cuales los hindúes, los cristianos, los budistas, los taoístas y los sufíes se hallan en completo acuerdo, suelen referirse a algo profundamente importante, algo que nos habla de verdades universales y de significados últimos, que toca la esencia fundamental de la condición humana.

## 1.1 Sus principios más importantes

Los principios fundamentales de la Filosofía Perenne son muchos, aquí sólo retomamos los más importantes: 1) coincidencia en que el espíritu existe; 2) se encuentra dentro de nosotros; 3) vivimos en un estado ilusorio de ignorancia, separación y dualidad, y no nos damos cuenta del Espíritu interno; 4) Existe un camino para salir de ese estado de ilusión y que nos lleva a la liberación; 5) Siguiendo ese camino finalmente llegaremos a la liberación suprema; 6) esa experiencia significa terminar con la ignorancia y el su-

frimiento; 7) finalizar con el sufrimiento conduce a una acción social amorosa y compasiva hacia toda forma de vida.

El primer principio sostiene que el Espíritu existe, independientemente del nombre con que a él se refiera, la afirmación de su existencia se basa en la experiencia directa. No se trata de meras creencias, ideas, teorías o dogmas, aun más, no se trata de cultura, raza o religión, ni siquiera de las reflexiones que se hacen de manera hablada o escrita respecto a ella, que nos coloca sólo a un nivel de filosofía, sino de la vivencia directa en la experiencia espiritual real. Esta es la diferencia entre la mística genuina y la religión dogmática.

Si bien la experiencia mística es inefable y no puede expresarse del todo en palabras, no es la única, sucede también con otras experiencias; por ejemplo, es indecible la profunda ternura con que nos envuelve la mirada y el abrazo del amado, el nacimiento de un nuevo ser, el asombro frente a la belleza de una flor, la emoción que nos provoca observar un hecho compasivo; igual es indecible el sentimiento de dolor por una pena propia o ajena, cuando somos víctimas de una injusticia, la frustración que a veces experimentamos por algunos sueños fallidos y la nostalgia que ocasionalmente nos embarga. Muchas son las experiencias de la subjetividad que sólo pueden expresar el sentido, pero no la vivencia en sí; sin embargo, nadie negará haber vivido alguna experiencia de esta índole y por tanto su existencia. Aunque cada uno la percibe con diferente fuerza interior.

En cualquier caso debemos haber tenido la experiencia directa para saber de que se trata. Además, aunque la experiencia mística sea en gran medida, inefable como tal, puede ser comunicada o transmitida en cuanto a su sentido. Por ejemplo, los valores esenciales de nuestra cultura se enseñan en buena medida con el ejemplo, no necesariamente con palabras, se asumen más de hecho que por decreto. Igual es posible aprender prácticas espirituales por imitación en el caso de los niños, o bien de manera más formal bajo la orientación de un maestro.

Efectivamente la experiencia espiritual no es absolutamente más segura que otra experiencia directa, así que el mismo argumento en contra de la experiencia mística se puede exponer para cualquier otro conocimiento que se adquiere a través de la subjetividad directa. De hecho en todos los conocimientos podríamos estar equivocados, incluso en los de la misma experiencia empírica. Asumimos que nuestro cuerpo es sólido, pero puede no ser verdad; podemos creer que la materialidad es la única realidad, igual podemos estar errados; en fin, son muchos los ejemplos que ilustran que una experiencia de cualquier conocimiento no es más segura y verdadera que la espiritual.

La espiritualidad genuina es científica a diferencia del dogma, no se trata de creer en algo, sino de verificarlo en la propia experiencia, pues se sustenta en la vivencia y comprobación directa y experimental. Estas experiencias tienen como instrumento la propia mente del conocedor, la comunidad de expertos en todo caso pueden proporcionar-

nos una serie de experimentos para que los verifiquemos en nuestra propia conciencia, por eso los resultados pueden compararse con quienes tienen ya amplia experiencia en este campo de la subjetividad, en este caso los místicos genuinos serían los indicados para validar este tipo de conocimiento.

El segundo principio consiste en que el espíritu está dentro de cada uno. El espíritu está dentro, nosotros tenemos en nuestro interior al universo. Según los místicos, la divinidad la vivimos en nuestro centro. Si bien Dios no tiene un punto localizable, no está dentro ni fuera, lo conocemos y reconocemos buscando en nuestro interior, no como un lugar físico sino como un espacio de subjetividad. Es esa esencia sutil, invisible que está en nuestro propio Ser, la presencia perenne de todo el Universo, así que él vive en nosotros y no nosotros en él, por eso nosotros somos el mundo y el mundo somos nosotros. Esa es nuestra naturaleza e identidad última.

Esa esencia sutil es lo que realmente somos, lo que define nuestro carácter como seres espirituales y lo que nos da el sentido más profundo de nuestra existencia. Esa esencia profunda es lo que nos identifica, lo que nos hace semejantes con el Kosmos por compartir la misma naturaleza con la fuente divina.

El tercer principio dice que todos somos uno con Dios. Sin embargo, las diferentes tradiciones religiosas coinciden en que no percibimos nuestra verdadera identidad porque

tenemos la conciencia obstruida por alguna actividad; es la actividad de contraer y centrar la conciencia en el yo individual, en el ego personal. La conciencia se encuentra, cerrada, contraída y centrada en el ego, en lugar de estar abierta, relajada y centrada en Dios; es justamente eso lo que imposibilita la identidad interior, nuestra verdadera naturaleza y el reconocimiento de que somos UNO con el TODO. Estamos separados y aislados del mundo, separados de nuestro Ser y del Ser universal. El mundo de "afuera"; lo pensamos como algo totalmente ajeno y externo a nosotros, incluso hostil a lo que realmente somos, como si hubiera sido creado independientemente de nosotros; porque ignoramos que el mundo de "allá afuera" es según nuestra percepción.

La lógica de nuestro pensamiento es dualista. Nos dividimos y nos separamos del mundo, de los objetos que lo componen y de las demás personas. Es así que todo lo dividimos en opuestos: negro-blanco, dolor-placer, rico-pobre, alto-chaparro, bien-mal, positivo-negativo, trabajo-ocio, día-noche, y podríamos continuar con una lista interminable. Para la Filosofía Perenne la conciencia dominada por el dualismo sujeto-objeto no puede percibir la realidad tal cual es, la realidad en su totalidad como Identidad Suprema. Precisamente porque existe un condicionamiento que nos conduce hacia la contracción de uno mismo, esa sensación de que estamos separados de todo y todos, fijando la atención sólo en el ego. Esa sensación de separación es lo que nos conduce hacia el sufrimiento, al apego, porque no comprendemos que estamos irremediabilmente unidos y que todos

somos UNO. Si no comprendemos nuestra verdadera identidad experimentamos una aguda sensación de fragmentación, por ejemplo, cuando hay un rompimiento con la pareja o fallece algún familiar sufrimos y eventualmente experimentamos una pérdida de sentido; por confundir la materia con lo real. Pensamos que se puede destruir lo indestructible y que se puede separar lo indivisible: El Espíritu perenne.

El sufrimiento está ligado al pequeño yo o ego, que nos viene de la fragmentación de la conciencia, es inherente a la condición de separación; la única manera de acabar con el sufrimiento es abandonar al ego. El mundo dualista es la contracción del Ser en uno mismo. Ciertamente eso es lo que el cristianismo llama caída y pecado original; al yo separado y a su codicia, deseo y huída carentes de amor. En las diferentes tradiciones religiosas nos encontramos con los mismos tópicos.

Sin embargo, hay una manera de superar la "caída", una forma de cambiar este estado de cosas y trascender el ego, pasar de la ilusión a la naturaleza divina. En esto consiste el cuarto principio de la Filosofía Perenne.

Para descubrir nuestra identidad con el TODO debemos abandonar la equivocada identificación con el ego aislado y separado. Esta Caída se puede revertir instantáneamente comprendiendo que en realidad nunca ha tenido lugar, ya que sólo existe lo perenne y por consiguiente, el yo separado nunca ha sido más que una ilusión. Sin embargo,

para la mayor parte de nosotros esa situación debe ser superada gradualmente paso a paso.

Con la visión de totalidad e interconexión empieza el camino de la espiritualidad. La evolución consciente es el compromiso deliberado de acelerar el proceso de la experiencia de totalidad, compasión y amor. A veces la evolución consciente comienza con una crisis personal. Sin embargo, los melodramas personales son cada vez menos importantes cuando la vida se considera un viaje evolutivo consciente.

Así el cuarto principio de la filosofía perenne afirma que existe un Camino y que si lo seguimos hasta el final, terminará conduciéndonos desde el estado de caída hasta el estado de iluminación, desde el Samsara hasta el Nirvana, desde el Infierno hasta el Cielo.

Cuando se emprende un camino espiritual, se identifica uno cada vez más con el Ser que con el ego y esto infunde un nuevo sentido a la vida que amplía el rango de nuestras posibilidades. Hay muchos caminos espirituales y varias metáforas del desarrollo espiritual, aunque difieren, comparten características para despertar a lo que ya somos ahora y siempre.

En general podemos decir que los caminos propuestos por las diferentes tradiciones de sabiduría se resumen en dos. El primero se refiere a que es posible expandir al ego hasta el infinito, es una vía de conocimiento, en este

caso uno se puede considerar Dios; mientras que el segundo consiste en reducir al ego a la nada a través de la vía devocional, donde justamente se reconoce no ser nada.

En ambos casos desaparece la sensación de identidad "separada". La clave es que en cualquiera de los dos el individuo que recorre el camino trasciende o muere al pequeño yo y redescubre, o resucita, a su Identidad Suprema con el Espíritu universal. Generalmente la persona que sigue el camino de la espiritualidad quiere profundizar en los misterios de la vida y en el camino puede descubrir realidades insospechadas que trascienden lo inmediato.

El renacimiento es el quinto principio, la Resurrección o la Iluminación. El pequeño yo debe morir para que dentro de nuestro Ser pueda resucitar el gran yo. Las distintas tradiciones describen esa muerte y nuevo renacimiento con nombres muy diversos. Así, por ejemplo, desde el punto de vista cristiano, la muerte y resurrección de Jesús constituye el arquetipo de la muerte del yo separado y la resurrección a un destino nuevo y eterno dentro de la corriente de la conciencia, a saber, el Ser Divino y su Ascensión. En el cristianismo, este proceso de retorno desde la condición "humana" a la condición "Divina", de la persona externa a la persona interna, significa arrepentimiento y transformación. Quiere decir que nos arrepentimos de rendirle pleitesía al ego individualista y renacemos en lo que realmente somos, esencia perenne.

Tanto el hinduismo como el budismo describen esta muerte y resurrección como la muerte del alma individual y el despertar a esa verdadera naturaleza de la persona que los hindúes describen metafóricamente como Totalidad del Ser y los budistas describen como Apertura Pura. Ese momento de ruptura o renacimiento se conoce como iluminación o liberación. Esta "transformación" consiste en detener la tendencia a crear un yo separado y substancial donde sólo existe una conciencia clara, abierta y amplia. Es con esta transformación que se descubre que somos UNO con la realidad suprema.

Según relatos de esa experiencia afirman que los sucesos del despertar algunas veces pueden ser muy dramáticos, pero también muy sencillos y nada espectaculares, puede ocurrir que de repente te despiertas y descubres, entre otras cosas, que tu verdadero Ser es todo lo que has estado mirando hasta ese momento, que literalmente eres uno con todo lo manifestado, uno con el universo y que, en realidad, no te vuelves uno con Dios y el todo, sino que entonces tomas conciencia de que eternamente has sido esa unidad sin haberte percatado antes de ello. Pero junto a ese sentimiento, junto al descubrimiento del Ser que todo lo impregna, se experimenta también la sensación muy concreta de que tu pequeño ego ha muerto.

En cualquier momento puede escucharse la llamada al despertar espiritual, no hay una edad ni circunstancias especiales. Igual hay muchas maneras de responder a esa

llamada, cada persona tiene que vivir su propio proceso en la espiritualidad, cada experiencia es individual e indescriptible y en ese contexto los conceptos para definirlos son irrelevantes. El viaje hacia la totalidad supone normalmente recuperar el equilibrio y la expansión de la conciencia. El crecimiento espiritual es responsabilidad de cada uno y el viaje lo hacemos solos, aunque requerimos nutrirnos y apoyarnos con los otros, incluso algunas veces necesitamos la ayuda de un maestro, porque a veces los sentimientos negativos pueden hacer que el viaje parezca lento y complicado. Sin embargo, es importante saber cuando pedir ayuda y a quien, pues muchas veces nuestro mundo cambia al acudir a los otros.

Debemos tomar en cuenta que una crisis puede ser una oportunidad para el despertar espiritual. Cuando se busca el sentido de la existencia cualquier evento es una oportunidad, una enseñanza o una bendición, pues todo es aprendizaje. Cuando se encara la vida como es, con dolor y sufrimiento propio y ajeno cambia la perspectiva y se descubre un mundo nuevo. Es importante abrir nuestros corazones al sufrimiento ajeno, a través de la compasión, pues mi dolor es el del mundo y el del otro es también mi dolor. Sin embargo, el dolor no es el único camino, también hay experiencias de dicha, alegría o felicidad que son en sí mismas espirituales y luminosas, como encontrarse con el ser amado o el nacimiento de un hijo, vivencias que pueden trascender lo inmediato y llenar de un significado más profundo a la existencia.

El sexto principio fundamental de la Filosofía Perenne afirma que la iluminación o liberación pone fin al sufrimiento. Lo que lo causa es el apego y el deseo de nuestra identidad separada y lo que le pone fin es el camino meditativo que trasciende al pequeño yo, al deseo y al apego. El sufrimiento es inherente a ese nudo o contracción llamado ego y la única forma de acabar con él es trascenderlo.

La iluminación o práctica espiritual en general no significa que se acabe de una vez y para siempre el dolor, la angustia, miedo o desaliento. Todavía se experimentan esas emociones, pero la diferencia es que esos sentimientos ya no amenazan nuestra existencia y en consecuencia dejan de ser un problema, porque no nos identificamos con ellos y en esa medida no se les da poder, podemos observarlos pero con una nueva conciencia de que no somos eso. Ya no existe ningún ego fragmentado que pueda sentirse amenazado y que a su vez pueda amenazar al gran yo del auténtico Ser, pues no existe nada ajeno que pueda lastimarlo. Se sabe que el sufrimiento no es real, así que por mucho que se experimente, éste no lo puede dañar; por eso los iluminados están motivados hacia la compasión y el deseo de ayudar a quienes se identifican con el sufrimiento y lo padecen.

El séptimo principio se refiere precisamente a la motivación del iluminado. Consiste en que la verdadera iluminación deviene en una práctica social inspirada por la misericordia y la compasión, en un intento de ayudar a todos los semejantes para alcanzar la liberación suprema. Consiste en un servicio desinteresado. Comprendiendo que todos

somos uno, al ayudar al otro se sirve al propio Ser. El iluminado se concibe como totalidad, se reconoce en los otros y sabe que los demás son el mismo, ya no hay separación.

## 1.2 Espíritu y ego pueden coexistir

El pensamiento occidental separa materia y espíritu, cuerpo y alma. Es un pensamiento dualista que tiende a perpetuar la separación entre ego y alma. Sin embargo, un ego sano es un paso esencial en el camino que lleva a la totalidad, condenar al ego no es trascender, el ego sólo es un problema cuando se ignora la espiritualidad. Es importante escuchar la voz interna, porque nos puede liberar de mucho sufrimiento; escuchar al alma y fortalecer al ego es muy importante porque nos conduce hacia el equilibrio entre ego sano y espíritu. Se requiere diferenciarlos para luego integrarlos.

Un ego sano nos permite autonomía y al mismo tiempo relacionarnos con los demás, no tiene porque ser narcisista ni codependiente. El éxito del ego no quiere decir fortaleza, muchas veces las personas parecemos fuertes cuando en realidad estamos vacías. Cuanto más débil es el ego, más defensiva y temerosa se muestra la persona; por eso es de vital importancia reestablecer el contacto con nuestro Ser, entre otras cosas nos ayuda a estar a gusto con cualquier edad, con el color de la piel, con la estatura, con los rasgos físicos. En general nos permite equilibrio y aceptación al reconocer como única realidad a la naturaleza divina.

Un ego fuerte es crucial para establecer relaciones saludables entre iguales. Cuando uno se conecta profundamente consigo mismo, puede hacerlo con los demás. Un ego fuerte nos ayuda para fortalecer el desapego con los demás, así como para no afanarnos por establecer relaciones con los otros, pues ello nos puede llevar al sufrimiento, por ejemplo el afán por encontrar a la pareja ideal genera dolor y sufrimiento. Aunque algunas relaciones contribuyen a desarrollar la conciencia, se necesita que uno desarrolle una identidad egoíca suficientemente fuerte y estable antes de iniciar cualquier relación. Nuestros anhelos más profundos no pueden ser satisfechos por una pareja ni por lo material, sino por el sentido profundo, trascendental y de desapego. Desafortunadamente en la actualidad buscamos disfrutar de los frutos materiales afanándonos por ellos, constriñendo nuestra conciencia al mundo de la materialización característica del ego.

Una persona con ego sano es consciente de sus propias limitaciones y puede lograr lo que se propone. En cambio una persona identificada con el ego puede utilizar las prácticas espirituales para fortalecer su egocentrismo y la capacidad de crear lo puede llevar a desear los placeres instantáneos como sexo, dinero y poder material por ejemplo. Seguir el camino espiritual requiere vivir tanto en el mundo del ego como en el mundo del Ser, cada uno tiene su lugar y valor, se trata de vivir en ambos mundos asumiendo las responsabilidades correspondientes, evitando la soberbia tanto del ego como espiritual. En realidad los dos mundos no están separados pueden coexistir en equilibrio y armonía; la transformación del mundo interno trae consecuen-

cias más poderosas que la transformación del mundo externo, pero ambos están relacionados.

Una persona segura de si misma generalmente es humilde, porque confianza y seguridad no suponen inflamiento del ego, sino fuerza espiritual. Desafortunadamente en nuestras sociedades occidentales ponemos más atención al ego y como dice un principio de la física cuántica: en lo que ponemos atención crece. No se trata de anular el mundo externo del ego, pues sería negar que somos seres espirituales, viviendo experiencias humanas; pero sí se trata de darle a cada cosa su justo lugar y encontrar el equilibrio entre el mundo interno y externo.

### 1.3 Espiritualidad: fundamento de valores esenciales

... La IES es la inteligencia que descansa en esa parte profunda del ser que está conectada con la sabiduría más allá del ego o de la mente consciente. Es la inteligencia con que no sólo reconocemos los valores existentes, sino que creativamente descubrimos nuevos valores.

Danah Zohar

El sustento teórico de la espiritualidad se encuentra en la Filosofía Perenne. Desde una perspectiva integral partimos de que somos seres esencialmente espirituales viviendo experiencias humanas, seres espirituales con una mente y un cuerpo. Sin embargo, condicionados por el pensamiento materialista y fragmentado del paradigma mecanicista y cientificista, por mucho tiempo nos hemos asumido como seres humanos viviendo experiencias espiri-

tuales, relegando a segundo plano nuestra naturaleza divina. La espiritualidad en consecuencia ha sido tratada como un asunto irrelevante en nuestras vidas y su sentido genuino se ha desvirtuado a tal punto que se le confunde con un conjunto de creencias dogmáticas, vinculada a alguna iglesia, basada en la autoridad, con fenómenos paranormales, categorías psicológicas, desarrollo humano o transpersonal, como dependiente del tiempo y el conocimiento, dependiente de la cultura, ligada a la memoria o el pensamiento, como un asunto personal y que depende de la riqueza o pobreza material.

La espiritualidad es laica y no es lo mismo que religión, por eso es importante diferenciarla. No promueve creencias ni religiones; está basada en la experiencia inmediata y directa con el TODO. Es espiritual todo aquello que trae paz, salud, bienestar etc. Una experiencia espiritual nunca da lugar a la intolerancia ni a la violencia; en cambio la religión en algunos grupos fundamentalistas sobretodo, sí puede dar lugar a la intolerancia y a la violencia, justificándose en sus creencias.

La espiritualidad es interna y vivencial, la tradición en cambio es más ortodoxa, autoridad y obediencia. Las tradiciones convencionales dicen muy poco de las experiencias subjetivas de sus creyentes; en todas las tradiciones se tiende a socavar la confianza en la experiencia directa, aunque ésta es más importante que la tradición, pues la auténtica espiritualidad puede encontrarse dentro y fuera de ella. Sin embargo, las tradiciones religiosas nos proporcionan un código ético, cultural y comunitario; además de un conjunto

de creencias; que si bien todo esto es necesario, no es suficiente.

Para vivir la espiritualidad no es necesario estar afiliado a alguna religión, igual se puede tener una experiencia o vida espiritual perteneciendo o no a una iglesia. La espiritualidad es inherente a la naturaleza del ser humano; de hecho, la historia de la humanidad nos muestra que el ser humano nunca ha podido desterrar el anhelo de conectarse con lo trascendente, a través de sus distintas prácticas. No existe en la historia ninguna sociedad humana que no haya tenido alguna forma de espiritualidad, ninguna ha podido erradicar el anhelo por la divinidad. La espiritualidad forma parte de la naturaleza humana, pues no somos seres humanos viviendo experiencias espirituales sino seres espirituales viviendo experiencias humanas.

Con la espiritualidad se desarrolla la conciencia, en consecuencia todo tiene sentido profundo y estético, se despliega la capacidad de asombro. La espiritualidad es la capacidad de ser feliz a pesar de las circunstancias, no a causa de ellas, es todo lo que nos hace ser mejores seres humanos. Contribuye a nuestra curación y nos llena de sentido expandiendo nuestras capacidades. La espiritualidad genuina incluye todas nuestras dimensiones y no niega la sombra, más bien la reconoce.

Es a través de las preguntas fundamentales que aparece la necesidad espiritual de contactar con una realidad superior. Si bien el pensamiento mental puede ser entrenado, disciplinado, condicionado; no satisface a esta necesi-



dad. La espiritualidad en sentido genuino es la dimensión incondicionada de la vida. Es experiencia personal y directa de totalidad e interconexión, se aprende en la vivencia directa, no por la experiencia de otros, es por la propia vida que se desarrolla, no por lo que otros nos hablen de su experiencia; la espiritualidad no se puede enseñar pero sí aprender a través de la propia experiencia. Cuando reflexionamos sobre ella, estamos haciendo sólo eso, reflexionando; lo que nos coloca en un nivel informativo, cognitivo y hasta filosófico; está bien, pero no es suficiente, no somos más espirituales por conocer o reflexionar mucho sobre ella, ese nivel no nos hace ser mejores personas.

La espiritualidad es universal porque su desarrollo nos lleva a comprendernos en interconexión y totalidad con el Kosmos, nos lleva a comprender que cada evento por aislado que parezca afecta de alguna manera al TODO. Parte de esta comprensión para procurar el bienestar común, mi propio desarrollo espiritual es el de los demás, pues somos todos UNO mismo y viceversa, el desarrollo espiritual de cualquier otra persona supone también el mío. Esta concepción del mundo es fuertemente aceptada y fundamentada por la física moderna y más concretamente por la física cuántica, así como por la teoría de la resonancia mórfica entre otras teorías de la nueva ciencia<sup>2</sup>. La espiritualidad es

---

<sup>2</sup> Chopra, Deepak. 2002. *Las siete leyes espirituales del éxito*. México. Editorial Grijalbo. Audiolibros. Véase también, Mark, Vicente. Et.al. 2004. *¿What the bleep do we know?* EE. UU. Captured Light Industries. Película.

el contexto cósmico último de significado, es la expresión de lo que somos en esencia, lo que nos permite encontrar el sentido profundo de la vida más allá de la materialidad, esa dimensión que nos ayuda a expresar lo mejor de nosotros, a partir de nutrir nuestro mundo de vida, de reconectarnos con nuestro Ser y con todo.

Justamente porque la espiritualidad nos permite ser mejores personas es lugar de genuinos valores, su despliegue nos posibilita desarrollar los valores universales que nos conducen a vivir en armonía, amor, respeto, compasión y paz en el planeta con las demás personas y formas de vida. Supone experiencia y comprensión de la totalidad que somos, comprendernos UNO en lo trascendente, a pesar de las diferencias superficiales.

Espiritualidad es percepción de lo ilimitado, con el paradigma mecanicista-cientificista, nos condicionamos a pensarnos además de separados, limitados; el mundo entero se pensó con límites. Sin embargo, la genuina espiritualidad es una percepción de lo que realmente somos, es la percepción de una realidad superior que no tiene límites sino posibilidades en un campo cuántico<sup>3</sup> y que nos conduce a hacia una constante evolución de conciencia sin fronteras<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> Chopra, Deepak. 2002. *Op. cit.* Véase también Mark, Vicente. Et. al. 2004. *Op. cit.*

<sup>4</sup> Wilber, Ken. 1984. *La Conciencia sin Fronteras*. España, Barcelona. Editorial Kairos.

Además la espiritualidad es amor incondicional y genuino como un valor universal, supone interés por el bienestar de los demás como el de uno mismo, el único interés en el amor incondicional es procurar el bien de todos, sin importar creencias, razas, religiones, culturas, ni cualquier otra diferencia irrelevante ante lo verdaderamente esencial que todos compartimos. Amor incondicional que va más allá del ego y que supone aceptación del otro, porque desde una visión integral, ese "otro" no me es ajeno en esencia, en él me veo y me reconozco pues compartimos la misma naturaleza, somos uno mismo. Desde el racionalismo instrumental es difícil pensar en el amor incondicional, ese amor que no espera nada del otro, sino como el acto de mirar lo trascendente y lo sagrado en todo como en mi misma.

Espiritualidad supone orden interno, paz interior e integridad porque es experiencia de totalidad e interconexión. El desarrollo de la espiritualidad es un proceso que tiene como base el autoconocimiento, donde se genera orden, amor y paz. Empieza con la mirada hacia el interior para proyectarla luego hacia el mundo externo, el contexto de su desarrollo se encuentra en las experiencias subjetivas. Si bien el resto de las experiencias tienen importancia, es a través de la subjetividad que damos significado a las cosas y encontramos el sentido de la vida. Este proceso interno que significa evolución de conciencia, es el que nos conduce a ciertas actitudes y comportamientos; el que nos abre la posibilidad de ser mejores seres humanos desde una percepción de totalidad e interconexión.

En el sentido genuino, espiritualidad es también experiencia de totalidad que nos permite comprendernos interconectados e indivisibles, con todo y con todos. Experiencia que nos hace comprender nuestro origen e identidad común, que es transcultural y que nos permite comprender que somos uno mismo con el universo. Después de todo mi Ser no es tan mío, es también el de él, el tuyo y el de otros; por mucho que nos pensemos separados y distintos, eso sucede sólo a nivel de lo sensorial, en términos de la subjetividad trascendente todos somos lo mismo.

La espiritualidad es la que nos conduce a las preguntas: ¿Quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿qué hago aquí?, ¿qué tengo que ver con los demás?, ¿qué es la muerte?, ¿A dónde voy después de la muerte?; estas y otras preguntas que nos planteamos a lo largo de la vida, cuando echamos una mirada hacia el interior aunque sea fugazmente, es lo que nos conecta con una realidad superior, independientemente del nombre con la que culturalmente la identifiquemos. Estas interrogantes se han planteado por todos los seres humanos en todas las épocas de la historia.

Las experiencias que nos llevan a estar presentes de manera creativa y plena en la sociedad y en la vida toda, es también espiritualidad. En el mundo contemporáneo en general es muy difícil comprender lo que esto significa, su importancia y su práctica. Estamos terriblemente condicionados a vivir mirando hacia fuera y a vivir según el ritmo que nos marca nuestra sociedad, restamos importancia al

autoconocimiento y a todo lo que tenga que ver con el desarrollo de la conciencia. Estar presente de manera plena significa la capacidad de vivir el aquí y el ahora con todo lo que eso implica, dejar de hacer las cosas mecánicamente para hacerlas conscientemente, por ejemplo la respiración es fundamental para ubicarnos con conciencia plena en el presente, sin embargo, respiramos mecánicamente, al punto que muchas veces ni siquiera nos percatamos de ella. Paradójicamente cada vez vivimos de manera más mecánica y acelerada frente a las exigencias de los nuevos fenómenos, situación que nos distrae justamente cuando tenemos la apremiante necesidad de explorar de manera creativa y plena nuestro mundo interior, para trascender hacia una conciencia de integridad.

La experiencia espiritual es personal y directa, por eso en una sociedad como la nuestra donde los intereses están puestos básicamente en el desarrollo material, resulta un verdadero desafío desarrollar la espiritualidad en medio de la competitividad que absorbe la mayor parte de nuestro tiempo y atención. Sin embargo, desafío o no, tenemos la urgente necesidad de replantearnos la visión y percepción del mundo, para hacer de éste un lugar donde podamos vivir juntos en concordia y en paz; una concepción que coloque cada cosa en su justa dimensión y la espiritual ocupe el lugar que le corresponde, como base de los valores esenciales y universales y como fundamento del sentido profundo de la vida.

Afortunadamente hoy asistimos también a cambios de paradigma que suponen nuevos planteamientos, nuevas teorías. En el desarrollo de las teorías de las inteligencias, hoy se reconoce con amplia aceptación a la Inteligencia Espiritual, cuyas experiencias nos permitirán avanzar hacia el desarrollo de la conciencia.

La búsqueda de sentido nos convierte en las criaturas espirituales que somos y es la motivación principal de nuestras vidas. Las crisis existenciales de hoy son fundamentalmente espirituales; cuando ya no nos llenan las cosas materiales, puede haber crisis de sentido, nace entonces una necesidad espiritual. Éstas son típicas de jóvenes sensibles, que tienen voluntad de sentido pero que se sienten frustrados en el mundo de hoy; por eso es que en nuestra sociedad se ha agudizado el suicidio en ellos.

Las crisis espirituales son comunes en esta época y sociedad, estamos buscando algo más que lo material y comienza haber un enorme despertar espiritual, impulsado paradójicamente por éstas. En nuestra época hemos perdido el sentido de los valores fundamentales, en ese afán desquiciante por el tener nos hemos empobrecido espiritualmente, por eso hoy más que nunca necesitamos desarrollar la Inteligencia Espiritual, como la única vía que nos conduce hacia la reivindicación de nuestra naturaleza, para asumarnos como los cocreadores de un mundo mejor.

## 1.4 Urge retornar a casa

En el marco de la globalización nos encontramos con crisis en la economía, en política, en cultura, en religión, en el medio ambiente, crisis de sentido, de valores espirituales y morales; sin embargo, todas son manifestaciones de una sola crisis: Crisis de percepción, como acertadamente lo señala Fritjof Capra<sup>5</sup>. Necesitamos “una nueva visión de la realidad; una transformación fundamental de nuestros pensamientos, de nuestras percepciones y de nuestros valores”.

La degradación del medio ambiente, el deterioro y desequilibrio de los ecosistemas, es resultado de la relación de control que establecemos con la naturaleza, a partir de valores utilitaristas, individualistas y de fragmentación legados por el paradigma mecanicista y reduccionista; cuyos atributos los hemos llevado a su máxima expresión.

Esta enloquecida carrera de competitividad e individualismo parece no detenerse, en cuyo escenario somos los protagonistas compitiendo por los mejores papeles, pese a que el costo sea la propia vida y la del planeta. Desafortunadamente en esta carrera desenfrenada y desquiciada estamos todos, pero en condiciones terriblemente desiguales y evidentemente los perdedores siempre serán los más vulnerables. Así vivimos con esta lógica de ganador-perdedor.

---

<sup>5</sup> Capra, Fritjof. *Op cit.* p. 18.

Esta crisis de percepción se expresa en los diferentes ámbitos de la vida. El deterioro del medio ambiente ha generado las llamadas “enfermedades de la civilización”<sup>6</sup>, el entorno social ha ocasionado severas depresiones, esquizofrenia y trastornos mentales. Aumento de criminalidad violenta, de accidentes, de suicidios, alcoholismo y drogadicción; incremento de suicidios y crímenes en los jóvenes de manera espectacular al punto de que ya se habla de epidemias (y esto es decir poco). Evidentemente un comportamiento basado sólo en la competitividad hace de nuestras vidas un permanente campo de batalla, olvidando que tanto ricos, pobres, blancos, negros, altos, chaparros, gordos, flacos, sin excepción tenemos necesidad de apoyo moral, comprensión, calidez humana, afecto, momentos de recreación y de reposo; necesidad de nutrir nuestro mundo de vida a través de la imaginación, el asombro y la capacidad de maravillarnos tanto de lo extraordinario como de lo sencillo.

Tenemos el privilegio de asistir a cambios profundos y radicales tanto en la ciencia y en la tecnología, pese al tremendo desfase que existe entre este desarrollo con el de la conciencia; con la posibilidad de elegir hacia dónde dirigirnos como humanidad. Afortunadamente la misma ciencia a través de la física moderna respalda la importancia de las experiencias subjetivas. De manera que empezamos a dejar atrás el viejo paradigma para dar paso a uno nuevo, don-

---

<sup>6</sup> Capra, Fritjof. *Op cit.* p. 24.

de el mundo es considerado un sistema de redes dinámicas y articuladas.

La actitud de algunos grupos expresan todavía un sistema de valores anticuado, basado en nuestra cultura. Se han privilegiado valores, actitudes y modelos de comportamientos agresivos, competitivos, instrumentalistas, rígidos, individualistas y egocéntricos. Frecuentemente en nuestra sociedad el conocimiento científico es el único aceptable y predomina el pensamiento racional.

El planteamiento filosófico de Descartes "*pienso luego existo*" que supuso una separación entre mente y cuerpo, se ve hoy reflejada en los diferentes aspectos de nuestra cultura. De esta manera hemos olvidado escuchar los mensajes de nuestro cuerpo por ejemplo, de coexistir en armonía con una rica variedad de organismos vivos. Separando materia y mente se llegó a la idea del universo como un sistema mecánico, formado de objetos aislados que a su vez eran componentes básicos cuyas propiedades e interacciones determinaban a los fenómenos de la naturaleza. Esta idea de Descartes se extendió hasta los seres vivientes, considerados como máquinas formadas de diferentes partes; hoy este concepto mecánico del mundo sigue estando presente e influyendo en los diferentes espacios de nuestra vida. Es así como se magnifica el desarrollo material, fragmentado y mecanicista que nos ha llevado a un disparado desarrollo del poder intelectual, tecnológico y científico en desfase con la sabiduría, subjetividad y valores morales y espirituales.

La ciencia y la tecnología han avanzado enormemente mientras el progreso social ha sido mínimo. Así que el progreso de nuestra civilización sucede fundamentalmente en lo racional e intelectual, esta evolución unidimensional ha llegado a grados verdaderamente alarmantes, situación paradójica que toca los bordes de la locura. Por ejemplo, es posible controlar el aterrizaje de una nave espacial en el más lejano planeta, pero no sabemos cómo eliminar los gases contaminantes emanados de las fábricas y de nuestros automóviles; es posible comunicarnos por Internet con cualquier otra persona que se encuentra al otro lado del mundo, pero no sabemos cómo evitar los suicidios de los jóvenes por falta de comunicación; nos maravillamos de los grandes avances en la tecnología, pero permanecemos indiferentes ante el proceso biológico de la creación de una nueva vida, hemos perdido la capacidad de asombro ante aquellos fenómenos de la existencia que son realmente trascendentales, justamente porque se han vuelto fríos y mecánicos.

Hoy existe un desequilibrio muy acentuado entre la racionalidad cuyas finalidades son técnicas, prácticas y útiles y aquella racionalidad de la conciencia que tiene como propósito dar sentido a la existencia. Una expresión de la subordinación del mundo de vida por la racionalidad instrumental, sucede en el campo de la ciencia. Esta se ha degenerado en un reduccionismo científicista, dedicándose sólo al aspecto externo del universo; a los aspectos cuantificables y mensurables de la realidad. De esta manera el mundo de

las preguntas fundamentales quedó excluido de la ciencia, pues la conciencia y todas las experiencias de la subjetividad son inmensurables, por lo tanto no es útil para la racionalidad instrumental, este reduccionismo en que cayó la ciencia trajo consigo desafortunadas consecuencias para la vida humana, poniendo en riesgo la existencia de todas las formas de vida y al planeta entero.

Sin embargo, no todo es fatalismo, en el marco de esta crisis de percepción, hoy están emergiendo nuevas teorías, nuevos planteamientos, nueva ciencia que junto con la sabiduría antigua conforman un paradigma que plantea una nueva visión del mundo, sustentándola con los más recientes descubrimientos científicos de la física moderna. Hoy comienza ya a perfilarse un cambio evolutivo importante.

Aunque por más de tres siglos los físicos han usado la teoría matemática de Newton, la filosofía de Descartes y la metodología científica de Francis Bacon; en el siglo XX la física ha comenzado a reconocer que el universo no es una máquina de objetos separados, sino una unidad indivisible y armoniosa, una red de relaciones dinámicas, donde el observador humano y su conciencia son parte esencial. De esta manera, los físicos modernos pueden proporcionar la base científica para los valores y cambios que nuestra sociedad requiere con urgencia. Paradójicamente la parte más dura de la ciencia, la física, nos ayuda a explicar lo más suave, la espiritualidad.

Sin embargo, hoy no sólo requerimos un cambio de paradigma, sino también y fundamentalmente cambios profundos de conciencia, necesitamos ir más allá de un simple cambio en la visión del mundo, que si bien es importante, no es suficiente. Es necesario trascender con la experiencia un cambio de paradigma, para no quedarnos en la simple dimensión cognitiva e informativa y avanzar hacia niveles más elevados de conciencia. Las transformaciones que nuestro mundo requiere, suponen revoluciones de la conciencia, más que entender teóricamente un paradigma, necesitamos vivirlo en la experiencia directa y perenne de totalidad.

El acelerado crecimiento mecanicista del conocimiento y la tecnología, se encuentra en desfase con el desarrollo interior de la conciencia humana, al grado que puede conducir a quienes tengan un bajo nivel de conciencia hacer un uso inadecuado de esos descubrimientos, atentando incluso contra la vida. Si bien es importante y necesario el desarrollo científico y tecnológico, la evolución de la conciencia es fundamental para que los avances científicos se orienten hacia el bienestar común y hacia la formación de mejores humanos, capaces de vivir en armonía con sus semejantes y con todos los seres vivos del Kosmos. Por eso urge nutrir nuestra esencia divina que dé paso a la espiritualidad.

Hoy en el marco de la nueva ciencia, la teoría de la Inteligencia Espiritual es ampliamente aceptada, sobre todo porque existe ya una base científica proporcionada por la física moderna y concretamente por la física cuántica, de la

que mucho se ha comentado últimamente. Entendiéndola como la rama de la física que se encarga del estudio de la teoría cuántica: el vocablo "Quantum" proviene del latín "cuantos", refiriéndose a las unidades discretas que la teoría asigna a determinadas cantidades, tales como la energía de un átomo en descanso. Así que un evento cuántico es la habilidad para construir objetos cuánticos en la dimensión sin tiempo y espacio. Finalmente después de tantos siglos, parece ser que la ciencia y la espiritualidad han comenzado a caminar de la mano. Es justamente la física cuántica quien reúne a estos dos campos del desarrollo humano, pues trata de explicar científicamente el espíritu o de espiritualizar a la ciencia.

Lo cierto es que existe una ciencia y aporta ideas que plantean que tenemos un enorme poder bloqueado dentro de nosotros. Lo mejor de todo es que se abren posibilidades infinitas que sugieren que realmente tenemos un libre albedrío para decidir qué queremos para nuestro presente y futuro, pero mejor aun, que todo esto se alinea con nuestro propósito de vida, mismo que cada día y en cada momento lo modificamos a nuestra completa elección. Después de mucho tiempo, los hechos de la ciencia han concedido la razón a la Filosofía Perenne y sobre todo al pensamiento de los místicos orientales.

Con el respaldo de la ciencia, la Inteligencia Espiritual posibilita la formación de mejores seres humanos, más allá de la formación de buenos profesionistas. El despliegue de

esta inteligencia permitirá la práctica de valores universales como el amor, la concordia, la paz, la tolerancia, la compasión, la cooperación y en general un sentido de totalidad, integración e interconexión.

La búsqueda de sentido nos da el carácter de criaturas espirituales que somos y es la motivación principal de nuestras vidas. Las crisis existenciales de hoy son fundamentalmente espirituales, cuando el mundo material ya nos llena se desencadena generalmente una crisis de sentido, consecuencia del apego a lo externo y al desconocimiento de lo que realmente somos, por una percepción equivocada del mundo y de nosotros mismos. Sin embargo, el sinsentido nos abre también la posibilidad de que emerja una necesidad espiritual, a partir de la búsqueda de sentido nacen preguntas fundamentales que nos pueden orientar hacia nuestra verdadera naturaleza e identidad. Hoy más que nunca necesitamos desarrollar la Inteligencia Espiritual, nuestra sociedad requiere urgentemente replantear los fundamentos de valores universales como el amor, la armonía, paz y concordia; que nos permitan asumir el mundo como nuestro hogar, a la humanidad como nuestra familia y al Ser como nuestra identidad.

Cómo empezamos ese recorrido y cómo lo vivimos, es experiencia personal y directa, la espiritualidad no la aprendemos por la experiencia de los otros, la vivencia de los otros sólo nos permite la reflexión, pero no el despliegue de la propia espiritualidad, por eso cada uno desde sus cir-

cunstancias e historia personal tiene la responsabilidad de recorrer su propio camino, con todo lo que eso supone, con sabores y sinsabores, con dolor y alegría, con oscuridad y luminosidad, con inconciencia y conciencia; hasta encontrar el camino de regreso a casa. ¿Yo cómo lo encontré?

## Capítulo II

### Recorrido autobiográfico a la luz de la filosofía perenne

En un pueblo muy pequeño, ubicado en la región norte del estado de Guerrero, vivían mis padres en la casa de mi abuela paterna, con sus dos hijas e hijo (ocupo el segundo lugar). Mi padre dedicado al campo y mi madre a los quehaceres del hogar y a la crianza de sus hijos. Según recuerdos muy vagos la vida allí era muy tranquila, transcurría como suspendida en una especie de eternidad, no supe de agitaciones ni sobresaltos, esa tranquilidad tenía como fondo los sonidos del río que estaba muy cerca de la casa y el canto de las aves que me arrullaban con su acostumbrado cucu, cucu, cucu. Cuando mi abuela y mi mamá iban al río a lavar ropa, me acostaban sobre algún petate envuelta en un trapo, bajo la sombra de un árbol en la orilla del río, pronto caía en un plácido y profundo sueño. Con la sensación de que el río, las aves y yo éramos lo mismo, me perdía en ese suave y amoroso arrullo cósmico, sensación que aunque inefable todavía hoy permanece conmigo.



De esos recuerdos lejanos, el más claro que tengo es el siguiente. Siendo yo bebé, mi madre me llevaba en brazos y acompañada por mi abuela paterna, caminaban hacia el río para cortar hojas de limón, entre las conversaciones que ellas sostenían, recuerdo que decían algo así como... "*vamos a cortar hojitas de limón, porque la niña tiene cólicos*", no sé si es un recuerdo que quedó grabado en mi memoria porque realmente eso escuchaba o quedó registrado en mi conciencia porque a mi corta edad lo sabía, así simplemente como aquello que se sabe no por la razón, sino porque hay un contacto directo y genuino con el mundo interior y con una realidad superior, cuando todavía no estamos condicionados por la racionalidad instrumental.

Sin embargo, mis recuerdos más lejanos, pero más conscientes se remontan a la edad de seis años aproximadamente. Recuerdo que nos habíamos mudado al campo, vivíamos en una casita pequeña techada con palma de la región, con un amplio patio y cercada por un corral de piedra, era la típica casa de campesinos del México agrícola, había allí plantas y algunos árboles grandes, algunas gallinas, guajolotes y marranos. En ese escenario, mi padre se desenvolvía como cualquier otro campesino de esa época, se paraba entre cuatro y cinco de la mañana, iba al potrero a dar de comer a las vacas, a ordeñarlas o a cualquier otro quehacer relacionado con el ganado; por la tarde hacía lo mismo, además de asegurarse que todos los animales estuvieran dentro del corral. Mi mamá se dedicaba además de criar a sus hijos y a otros quehaceres propios del hogar, a hacer quesos, crema, requesón y mantequilla.

Más tarde llegó a vivir allí con su mujer y sus hijos un hermano de mi papá. A unos dos kilómetros de donde vivíamos había una carretera por donde pasaban de vez en cuando camionetas con hombres del ejercito, cuando mi tío los veía me llamaba y me decía con voz trémula: "*¡ahí viene la guerra!, ahí viene la guerra!*", yo comenzaba a temblar y corría a refugiarme con mi papá, con mi mamá o debajo de alguna cama; creo que él disfrutaba porque se reía a carcajadas y con una expresión de crueldad. Esos acontecimientos me hicieron temer a todos los soldados y militares, bastaba ver a un hombre uniformado como ellos para comenzar a temblar de miedo.

Sin embargo, también conocí el cariño y protección por parte de otro tío, hermano de mi mamá. Él tuvo fuerte influencia positiva en mi vida. Con una franca, amplia y sonora carcajada, él siempre estaba presto para escucharme y tranquilizarme cuando yo gritaba asustada temiendo las reprimendas de mi mamá, cuando algún traste de barro se rompía, los frijoles se quemaban o la leche se tiraba; recuerdo que yo gritaba: "*¡tío lindo, tío lindo, mi mamá me va a matar, ayúdeme, por favor, ayúdeme!*"; con su acostumbrada sonrisa me decía: "*no te va a pegar, no pasa nada, si tu mamá te pega yo le pego a ella*". En realidad mi mamá poco nos pegaba, creo que eran más sus gritos los que me asustaban, lo cierto es que le tenía miedo; su trato osco y rudo contrastaba con el de mi tío; aunque decían que él había sido en su época de juventud un hombre muy valiente y que incluso había peleado con el ejercito, yo nunca le conocí esa faceta, pese a que sus rasgos sí lo eran, su trato era

más bien amable y cariñoso. Él junto con mi padre fueron los dos hombres de mi infancia que mayores contribuciones hicieron a mi seguridad emocional. Creo que con el paso del tiempo ellos me influyeron en buena medida para contrarrestar los primeros miedos y más tarde en la configuración de mi carácter.

Dentro de ese clima recuerdo también la relación con mi hermano, aunque menor que yo, asumía un papel de cuidado y protección hacia nosotras sus hermanas. Me acuerdo que cuando yo tenía cuatro o cinco años, salíamos él y yo a jugar al patio, sentados bajo un árbol de huamuchil, escapan a mi memoria detalles de los juegos, porque al parecer más bien consistían en pláticas, lo que sí recuerdo es que ponía su gorrita de lana cuando yo me iba quedando dormida recargada en el árbol que se encontraba en el centro del patio, él me acomodaba la cabecita y así transcurría el tiempo, no sé cuanto porque caía en un profundo sueño. Igual compartíamos los trabajos que mi papá nos encomendaba, como arrear los becerros hacia el potrero, llevarlos a tomar agua o pastearlos. Entre gritos, berrinches y pleitos pasábamos muchos momentos juntos. Creo que esa parte de mi niñez la compartí más con mi hermano que con mi hermana la mayor, seguramente porque ella ayudaba más a mi mamá en los quehaceres domésticos.

La familia también se dedicaba a la agricultura. Mi papá sembraba maíz, calabaza y frijol; regularmente tenía peones que le ayudaban en las actividades del campo. Mi mamá

por lo tanto tenía más trabajo en casa; poner nixtamal, hacer tortillas, comida y llevarla o mandarla como a las dos de la tarde. Muchas veces íbamos a dejar la comida mi hermana y yo, algunas allí nos quedábamos a comer, sobre todo cuando no había muchos hombres y esperábamos a que terminara mi papá para regresar juntos a casa. Como a eso de las siete de la noche ya estábamos cenando y una hora después nos acostábamos para dormir. En esa época todavía no sabía ni rezar, nos íbamos directo a la cama.

## 2.1 Comienza adoctrinamiento religioso

Mi madre pertenecía (creo más bien que por tradición e imposición que por convicción) a una iglesia evangélica, en la que se reunían para hacer el “estudio” los días sábados. Nunca han tenido un templo como construcción física específica para reunirse, así que siempre las reuniones fueron y han sido en los diferentes hogares de los miembros de la iglesia, algunas veces allí en el rancho en la casa de los padres de mi mamá, o en el pueblo donde ellos vivían en otra de sus casas.

Según recuerdo, se reunían alrededor de 15 personas, el “ministro” o “pastor”, que en ese entonces era mi abuelo, dirigía el “estudio” que consistía más o menos en lo siguiente: a) iniciaba la sesión con un breve sermón para anunciar el tema que trataría; b) enseguida decía la referencia de la Biblia y quien primero la encontraba comenzaba su lectura, generalmente alguien más continuaba leyendo; c) entre ser-

món y sermón cantaban (principalmente las mujeres) algunos coros u otras canciones de alabanza o que aludían a las cualidades del Dios que profesaban; d) una vez hecha la lectura mi abuelo hacía su propia interpretación y en respuesta daba un sermón, que generalmente consistía en observar los pecados (que por cierto eran muchos). Los más significativos y que hasta cierta edad influyeron fuertemente en mi vida, decían que: las mujeres incluidas las niñas, no debíamos vestir corto; los niños y niñas no debíamos participar en las conversaciones de los mayores; deberíamos respetar a los mayores y fundamentalmente a los padres, no contradecirlos o bromear con ellos por ejemplo, porque eso significaba ser irrespetuosos; las “mujercitas” no deberíamos ser tan “ligeras” o alegres, reír o jugar sobre todo en la calle, además de mal visto era pecado.

La alegría y el buen sentido del humor son características de la genuina espiritualidad, sin embargo, paradójicamente la prohibición de la alegría en sus diferentes formas fue lo que más impactó mi vida. Justamente cuando yo estaba haciendo el primer año de primaria, vivía en la casa de mis abuelos maternos en el pueblo; una mañana, yendo a la escuela con mi hermana, entre jugando y peleando le rompí un collar de cuentas color perla, ¡zas! por todas partes cayeron, sólo algunas pudimos recoger. Al regresar de la escuela mi abuela ya se había enterado, estaba enojada, ¡verdaderamente furiosa! Era evidente la ira que revelaba su rostro, nos recibió con una paliza que hasta ahora recuerdo y que dejaría huellas muy fuertes en mi vida. Además de romper el collar, nos comportamos como “*dos niñas indecen-*

*tes, los vecinos pensarían muy mal de ustedes como mujercitas*”, decía mi abuela. Nos prohibió determinantemente volver a jugar y reír sobre todo en la calle. Con profundo sentimiento me escondí en un callejón detrás de la casa y entre sollozos decía: “*papá, ven por favor, aquí me tratan muy mal, no me quieren y yo tampoco los quiero*”. Ese incidente dio fuerza a mis fantasías, imaginaba que llegaba mi papá en su caballo y me llevaba con él, nos visitaba frecuentemente hasta que un día se hizo realidad mi sueño. La física moderna sustenta que en aquello que ponemos la atención crece<sup>7</sup>, seguramente eso sucedió con mis deseos.

Cualquier tipo de juego era prohibido, así que prácticamente sacrifiqué un año de mi infancia, dejando de vivir como niña durante el tiempo que duró el primer año de primaria para vivir como adulta; por las tardes nos poníamos a bordar servilletas o a tejer con gancho; por supuesto en el escenario no podía faltar la tía abuela o la abuela tejiendo o bordando. Yo tenía entre seis y siete años pero ya estaba aprendiendo actividades y comportamientos de una persona adulta, con toda la tristeza y amargura que eso supone, no sabía lo que era jugar y para colmo tenía prohibida la expresión natural de la alegría. Afortunadamente esa manera de “vivir” no duró mucho.

Mis padres vivían en lo que en ese entonces se podría considerar un rancho, propiedad de mi abuelo materno, a seis kilómetros aproximadamente del pueblo, él era gana-

<sup>7</sup> Chopra, Deepak. *Op. cit.* Véase también Mark, Vicente. *Op. cit.*

dero y agricultor, la extensión territorial de su propiedad (según platicaba mamá) contenía varias hectáreas, en realidad no sé qué tan valuadas estaban, pero yo pensaba que era muy rico y paradójicamente me parecía que así de grande era la miseria en que vivíamos mis padres, mis hermanos y yo; lo curioso es que también mis abuelos vivían así, aunque tenían además de esas propiedades, cuatro o cinco casas; el vestido y la alimentación eran bastante racionales. Evidentemente era muy fuerte el condicionamiento de privilegiar el enriquecimiento material por encima de cualquier cosa, incluso de ese Dios que profesaban. En ese contexto y de seis años, no entendía esas contradicciones y menos entendía: ¿por qué la risa y la alegría estaban prohibidas?

Esa parte de mi infancia contrastaba con la de mis primeros años de vida, donde a excepción de los temores hacia la guerra inculcados por el hermano de mi papá; la seguridad, el cariño y la paz eran los ingredientes principales de un hogar tranquilo. Este contraste ilustra la idea de que la genuina espiritualidad no supone necesariamente la pertenencia a una religión, muchas veces ésta fortalece los dogmas y fanatismos.

Mi papá era católico por tradición familiar, porque de hecho nunca asistía a la iglesia. Evidentemente tampoco asistía a la de mi mamá, aunque según recuerdo, ella y sus padres algunas veces le hablaban de la Biblia con un abierto propósito de evangelizarlo. Él generalmente se abstenía de hacer comentarios y sólo escuchaba respetuosamente, nun-

ca entraba en discusiones o conflictos sobre todo con mis abuelos. La actitud respetuosa de mi padre quedó bien grabada en mi memoria.

Más tarde la imagen de un padre pacífico y amoroso se iría configurando y afianzando por el tipo de relación con mi madre y con nosotros. Él generalmente nos llamaba la atención sin golpearnos ni gritarnos, nos expresaba abiertamente su amor, de forma ruda quizá, porque así era la costumbre del mundo campirano donde él se crió.

Más tarde mis padres decidieron mudarse a Iguala. Mi abuelo tenía una vecindad grande, construida de adobe y techada con teja, con un pozo casi en el centro del patio; la típica casa del pueblo en esa época. Sin embargo, mi familia y yo no vivíamos allí, sino en una casa pequeña, recién construida y en obra negra, ubicada en una de las colonias más antiguas.

## 2.2 Concibiendo a Dios como persona

Comenzábamos así una nueva vida. Llegamos como a las dos de la tarde, no me percaté en que momento salieron mis padres a comprar la comida, sólo recuerdo que comimos tortillas hechas en máquina, con sardina y chiles en vinagre y tomamos refresco de cola; hummm, recuerdo esos sabores que por primera vez conocí y que hoy todavía me transportan a esos momentos. Ese día fue inolvidable, nuevas sensaciones, nuevas experiencias, tan ajenas a la tranquila y acostumbrada vida campirana, me imaginaba estar

en uno de esos lugares que se describían en las radionovelas, como la de "chucho el roto" o la de "Kalimán" por ejemplo. Desde entonces, la sensación de un cambio me agrada, me llena de ilusiones y expectativas.

No recuerdo cómo fue que entablamos amistad con otras niñas que eran nuestras vecinas, pero gracias a ellas aprendí a relacionarme con otras personas fuera de la familia, a través de los juegos diferentes a los del campo, y de otros hábitos distintos. Creo que fue ahí donde empecé a establecer mis primeras relaciones competitivas, donde unos ganaban y otros perdían, unos "inteligentes" y otros "ton-tos". La desaprobación para quienes hacían papeles menos afortunados, se expresaba algunas veces con burla y otras ridiculizándolos. Estas distinciones nos conducían a hacer alianzas con quienes se compartía algo en común y que nos diferenciaba de otro grupo de niños.

Entre peleas y reconciliaciones pasaron tres años de mi infancia. Durante ese tiempo no supe de religión, de Dios muy poco, sólo cuando mi mamá me recordaba que debería aprender "*el temor a Dios*", obedeciendo y respetando a los mayores, porque de lo contrario me sobrevendría un castigo. El tiempo que había vivido con mis abuelos maternos fue suficiente para arraigarme el miedo. Recuerdo que un día fui a comprar a una tienda de abarrotes, cerca de allí se encontraba una capilla, escuché a unas señoras decir que había aparecido Jesucristo, comencé a sentir un vacío en el estómago y un ligero temblor en las piernas, corrí lo más que

pude, cuando llegué a casa le comenté a mi mamá lo sucedido, ella me dijo que seguramente eran señales de que el fin del mundo y la venida de Jesucristo estaban cerca.

Al verme tan alterada ella suavizaba sus comentarios, arguyendo que no tenía de que preocuparme si era una niña buena, desafortunadamente yo no estaba muy segura, porque había peleado, había dicho una que otra mentirilla, criticado y sobre todo tenía pensamientos malos; si bien mi mamá no los conocía, a Dios no lo podía engañar, pues Él conocía cada uno de ellos. Vistas así las cosas, sí tenía de que preocuparme, pues seguramente a mi corta edad ya era una pecadora. Mi vulnerabilidad se expresaba como una profunda tristeza que duraba unos días y de pronto desaparecía. Entre que se terminaba y no se terminaba el mundo yo fui creciendo.

Por esos años mi madre tuvo no sé si uno o dos abortos que coincidieron con otros malestares físicos propios de la menopausia. Recuerdo que un día tuvo una fuerte hemorragia que la llevó al borde de la muerte, una vecina y amiga fue a la casa para auxiliarla, ponían tabiques en la parte inferior de la cama por el lado de los pies de mi madre, colocada de manera que esta parte quedara más alta que su cabeza. A mi hermana mayor y a mi nos mandaban a buscar no recuerdo que hierba, nos decía su amiga, "*a tu mamá le pico un alacrán*", por supuesto que ese argumento me parecía ilógico y me confundía; además de la terrible angustia que me oprimía el corazón cuando pensamientos fatalistas atravesaban por mi mente.

Situaciones como ésta me provocaban profunda tristeza, cada vez que mi mamá se enfermaba me sentía verdaderamente vulnerable, sentía que la vida se me iba con ella, incluso físicamente me sentía debilitada. Muy compungida le suplicaba a Dios que mi mamá no se muriera, aunque no me sentía merecer semejante favor, pues seguramente había hecho muy poco para ganarme su misericordia. En esa época conocí la tristeza y el dolor más profundo que puede tener una niña. La idea que tenía de Dios en lugar de hacerme sentir apoyada por él, me hacía sentir muy sola y lejos de Él ¿Quién era yo para que se condoliera de mí?, ¿Qué tenía yo de especial entre millones y millones de gente?, ¿por qué tendría que atender mi sufrimiento, cuando había mucha gente con problemas?; no, seguramente Él no tendría conmigo esas distinciones, probablemente estaría tan ocupado en asuntos más importantes que yo era un caso más de tantos.

Así transcurrieron los años que marcarían parte de mi infancia. Mi padre, un hombre muy dinámico, según platicaba mi mamá, en su pueblo lo conocían como “José el trabajador”. Tenía algunas vacas, las ordeñaba y vendía leche, quesos, crema, requesón y mantequilla. Uno o dos años después, consiguió un local en el centro de la ciudad donde vendía tortas, jugos, refrescos, café, licuados, etc. Mi mamá mientras tanto se encargaba de los quehaceres del hogar y en sus ratos libres se desempeñaba como costurera.

Aunque desde muy pequeña me sentí vulnerable, fue básicamente durante los primeros años de primaria que ex-

perimenté profundamente “el miedo a Dios”. En general los años de primaria estuvieron llenos de miedos y culpas, porque la idea de Dios que me había inculcado mi madre, reforzada por mis abuelos maternos y mi entorno, era más la de un juez inexorable que la de un creador amoroso; no entendía por qué nos amaba de una manera tan extraña y me preguntaba: *¿por qué no lo puedo ver?, ¿por qué si es tan bueno, casi todo es pecado?* La representación mental que me hacía de Él era la de un señor gordo, con barba blanca y paradójicamente “bonachón”, me lo imaginaba escondido tras las nubes y siempre observándonos, claro no entendía como podía observar todo y a todos al mismo tiempo. Creía que los pecados cometidos en la tierra, Dios los registraba para que en su momento recibiéramos el castigo merecido en vida o si los pecados eran muchos o muy grandes, entonces después de morir tendríamos que ir al infierno. Un lugar en el que nunca terminaba el sufrimiento, porque consistía en arder eternamente en fuego. Prácticamente no había alternativa, estaba condenada a sufrir para ganarme el reino de los cielos. Por mucho tiempo esta idea de: “sufrir para merecer”, fue la que rigió los diferentes espacios de mi vida, era casi un lema familiar.

### 2.3 Hacia una visión materialista

Los años de secundaria fueron algo así como una tregua religiosa, mis padres se fueron a Houston Texas a trabajar porque “tenemos que sacar adelante a nuestros hijos” decía mi mamá (seis por cierto). Nos quedamos bajo el cuidado de mi abuela paterna, cuya religión era la católica, ella

igual que mi papá nunca trató de inculcarnos sus creencias, pese a que iba a misa todos los domingos y a las diferentes ceremonias tradicionales de su iglesia. Era verdaderamente amorosa con nosotros, pocas veces estaba de mal humor, sólo algunas nos llamaba la atención y sin lastimar nuestra dignidad. Con ella no teníamos que asistir al “templo”, podíamos reír, jugar y hasta gritar. De esta manera la idea de Dios que me habían pintado se iba diluyendo, es más ¡ni me acordaba de Él!, salvo en contadas ocasiones cuando necesitaba que me sacara de algún apuro, rezaba, porque orar no sabía, nunca me enseñaron, me dirigía a Él más o menos así: “Señor, aunque no soy digna de ti, porque tuyo es el poder y la gloria y yo no lo merezco, ayúdame no me abandones, ¡te suplico por favor ayúdame!”. Rezaba siempre con inseguridad y miedo, dudaba que me ayudara, pues seguramente había cometido tantos “pecados” que no lo merecía.

Llegó el momento de entrar a la preparatoria, en ese tiempo tenía un amigo que me influyó enormemente para tomar la decisión de estudiar en la única preparatoria de la Universidad de Educación Pública en el Estado que había en Iguala, él allí estudiaba, mi mamá quería que yo estudiara en el Centro Regional de Educación para Normalistas (CREN), para formarme como profesora de educación primaria, pero yo defendí con firmeza mi derecho a estudiar lo que me gustaba y creía que sería el camino para hacer una carrera de licenciatura. Para entonces ya había hecho algunas lecturas de novelas como *la Madre*, *la Metamorfosis*, *Pedro páramo*, por ejemplo y otras de corte marxista-leninista sobre todo.

Una vez en la preparatoria cambió radicalmente mi forma de pensar el mundo, fundamentalmente con las clases de Filosofía y la influencia de los libros recomendados por mi amigo, además de las novelas que teníamos que leer como parte del programa de literatura. Ahí me volví marxista-materialista, ahí asumí que Dios no existía, porque no lo podía ver, por fin, me sentía liberada de las creencias de mi mamá, mis abuelos y su religión, me sentía fortalecida con el sustento teórico que privilegiaba la existencia material. Me preguntaba: *¿por qué había estado tan ciega y había permitido que controlaran mi vida a través de los temores a Dios?*; la reflexión era que había estado sujeta a un Dios que no existía y que era sólo una manera de control de las clases dominantes a las oprimidas. Esta comprensión me llevó a una especie de liberación que me quitaba una enorme carga de culpas.

Evidentemente condicionada por la cultura social y familiar del paradigma cientificista, yo había “tirado el agua sucia con todo y niño”. En lugar de recuperar la espiritualidad genuina, sin fanatismos y dogmas religiosos, quité de mi vida todo lo que tuviera que ver con una realidad superior y trascendente. Negando su existencia por el simple hecho de no verla con los ojos físicos.

Leía vorazmente todos los libros que llegaban a mis manos, pero estas lecturas cada vez me alejaban más de la filosofía idealista y de cuestiones que tuvieran alguna relación con lo perenne. Mi formación académica me acercaba mucho al tipo de persona que se consideraba revolu-

cionaria, entendida en el peor sentido, es decir, consideraba que la violencia era la única forma de cambiar las circunstancias sociales y todo lo explicaba a través de la lucha de clases. Buscaba ser consecuente con lo que aprendía en los libros. Creo que en los setentas lo que caracterizaba a una joven contestataria, rebelde y supuestamente revolucionaria era además de la forma de vestir, sus actitudes, modales y comportamientos. Todavía hay muchos jóvenes y adultos con ese pensamiento y prácticas.

Participaba en las huelgas o paros en apoyo a los profesores universitarios y algunas veces a los mismos estudiantes, aunque no tenía suficiente claridad en las causas de las luchas, creía en general que todo lo que sonara a injusticia social era motivo para manifestar inconformidad y que las condiciones cambiarían a partir de prácticas violentas. Entre definiciones e indefiniciones políticas transcurrieron los tres años de preparatoria. Por aquellos tiempos no pertenecía a ningún partido o corriente política, aunque evidentemente me consideraba de izquierda.

Ya en 1979 llegó el momento de elegir una carrera, ¿con orientación vocacional, cuál?, me faltaba igual que otras orientaciones, en ese marasmo de confusiones decidí estudiar cualquier carrera de las Ciencias Sociales. Por aparente casualidad llegué a lo que era en ese entonces Escuela de Filosofía y Letras, lo que hoy es Unidad Académica de Filosofía y Letras de la UAG. Así fue que estudié la Licenciatura en sociología, afortunadamente no me equivoqué, realmente me gusta la sociología. La carrera fue más o menos

una especie de continuación y reafirmación ideológica, cada día me convencía de que Dios no existía, al menos no como la idea que tenía de Él. No consideraba la posibilidad de su existencia desde otra visión de la realidad superior, porque no tenía suficientes elementos que ampliaran la estrecha perspectiva de mi percepción.

Cuando mi mamá me hablaba de Dios y me sugería buscarlo y acercarme a Él, reaccionaba con una abierta actitud de contraataque, como adivinando su intención de evangelizarme; la desafiaba a que me mostrara donde estaba Dios, porque yo no lo veía en ninguna parte, a lo que ella respondía: *“ay hija no sabes lo que dices, Dios existe”*. Esos años pasaron en la más fría racionalidad.

Durante la carrera me involucraba en actividades “políticas”, incluso durante algún tiempo fui miembro de una corriente. Nuevamente me encontraba atrapada en el fanatismo, había pasado del religioso al político; a tal punto que junto con otra compañera fuimos fuertemente cuestionadas, cuando comenzamos a trabajar en el gobierno del estado, porque suponía traicionar a la organización y ser gobiernista o de derecha. Esta posición de confrontación se encontraba de ambos lados; en la primera entrevista que me hicieron para observar si cubría los requisitos para ingresar a trabajar; me “leyeron la cartilla” diciéndome que evitara participar en mítines, marchas o cualquier otro tipo de protesta contra el gobierno. En esos años los universitarios teníamos fama de “revoltosos” y la Universidad a su vez defendía su autonomía.



## 2.4 Comienza el camino de regreso a casa

Aunque había concluido la licenciatura y estaba por obtener la titulación; profesionalmente no me sentía completamente satisfecha, porque continuaba trabajando en oficinas del gobierno en actividades de tipo administrativo que no me gustaban y tenían poca o nula relación con mi profesión; lo que me provocaba un sentimiento de frustración que me llevó a buscar nuevas alternativas de trabajo y luego a plantearme el propósito de hacer una Maestría. Por algún motivo que no sé explicar razonablemente, sentí el impulso de seguir por ese camino.

Había un vacío casi lacerante en mi vida. Todos los días era la misma rutina, de casa al trabajo y del trabajo a casa, una verdadera monotonía; un elemento importante de este escenario era mi trabajo de oficina, mecánico, frío y burocrático. A los 25 años de edad me invadía una profunda autocompasión difícil de disimular, mi mirada y mi expresión toda no me dejaban engañar, era una persona triste. Mi estado interior proyectaba frustración, desorden, desamor y desesperanza. Ese sinsentido me sirvió de detonante para replantearme un nuevo proyecto que diera a mi vida un sentido distinto. Comprendí la importancia de estar en el lugar y actividades que a uno le gusta no sólo en el campo profesional, sino también en cualquier otra área de nuestra vida.

Tenía aproximadamente tres años viviendo con el padre de mi hija, así que en ese proceso de búsqueda para encontrar "mi lugar" y el sentido de mi vida, estaba también

el deseo de tener un hijo, comenzó a ser para mi una obsesión, sin embargo, el tiempo pasaba y nada sucedía, me invadía una profunda tristeza al pensar en la imposibilidad de ser madre y al mismo tiempo empecé a angustiarme y a buscar atención médica, después de consultar a varios médicos la conclusión era la misma; en lugar de encontrar la causa encontraron la razón por la que no debería embarazarme: tenía un mioma del tamaño de una canica, que crecería junto con el crecimiento del bebé si llegaba a embarazarme, después de cierto tamaño corría el riesgo de que el tumor expulsara al embrión y eso sí que era realmente peligroso, mi propia vida estaría en riesgo. El panorama era verdaderamente desalentador y paradójico: mientras yo deseaba tener un bebé, los médicos decían que no debería. Ahora ya no sólo me preocupaba el hecho de no poder embarazarme, sino también mi estado de salud.

En metafísica (y ahora ya sustentado por la física cuántica) se dice que cuando quieres algo, lo deseas fuertemente no sólo con el pensamiento sino también con la emoción, y pienses con frecuencia en ello, pero con confianza y como si ya se te hubiera dado. Sin embargo, muchas veces pensamos con frecuencia en lo que deseamos, pero lo pensamos con miedo de que no sucederá; hay quienes dicen que tenemos miedo a despertar a ese poder que somos, preferimos la seguridad y comodidad de lo conocido, a la incertidumbre y misterio de lo desconocido<sup>8</sup>.

<sup>8</sup> Chopra, Deepak. *Op. cit.* Véase también Mark, Vicente. *Op. cit.*

El conocimiento de lo que realmente somos, nos lleva hacia lo que se conoce como oración científica, con intención y atención conciente. Supone certeza de lo que no se ve, plantear la necesidad, hacer la petición y esperar confiadamente; evidentemente me encontraba en proceso de esta comprensión, por eso la decisión de estudiar un postgrado estaba también motivada por el anhelo de tener actividades que atrajeran mi atención tan fuertemente, que no interfiriera en la realización de mi máspreciado sueño en ese momento.

Centré mi atención y energía en mi salud, aunque las terapias de la medicina alternativa todavía no estaban ampliamente difundidas y los médicos encontraban como única salida la cirugía, me resistía a la operación quirúrgica. Pensaba que tendría que haber otra salida, fue así que me sometí a tratamientos con medicina alternativa, comencé a leer sobre el poder del pensamiento, la visualización creativa, los decretos, la palabra, las emociones, y cualquier cosa relacionada con el despliegue de las potencialidades humanas.

Entiendo ahora que el despliegue de esas capacidades está bien, pero no es suficiente, porque es limitado en tanto no considera el desarrollo de la dimensión espiritual y en ese sentido no es transpersonal, sino personal, porque no considera la posibilidad de que el desarrollo propio a veces es a costa de los demás. Sin embargo, esas lecturas me ayudaron a comprender que había un poder ilimitado en nuestro interior y que era importante hacernos conscientes de ello para activarlo y usarlo. En términos de Filosofía Pe-

renne sé que eso soy yo, que soy una con el TODO, no estamos separados y esa esencia perenne que somos no está en nuestro interior en el sentido de localización física, sino como naturaleza sutil que se despierta al reconectarnos e identificarnos con ella, a través de las experiencias de subjetividad que suponen el mundo interno y no externo o material.

En medio de ese proceso de reajuste, comenzaba a vivir una búsqueda espiritual. Si no podía embarazarme con la ayuda de los recursos científicos y tecnológicos, entonces algo más grande y poderoso podría ayudarme. Fue así que un día dije: *"señor, no se quien eres, pero creo que hay algo más grande que me puede ayudar, creo que ese eres tú, me rindo y me pongo en tus manos, hazlo cuando quieras"*. De esta manera empezaba a creer en la existencia de una realidad superior, aunque todavía concebida como algo separado de mí. Me olvidé del asunto, me involucré de lleno en el postgrado, año y medio después, en verano, algo grandioso y divino comenzaba a suceder en mi vida, ¡sorpresa!, estaba encinta.

En esas vacaciones de verano mi mamá vino a casa para quedarse conmigo por unos días, una de esas tardes después de comer, ella y yo quisimos hacer una siesta, una vez acostadas en la cama, de pronto puso su mano en mi vientre y como si intuyera comenzó a decir algo más o menos así: *"mi bebé hermoso, ya queremos que estés con nosotros, cuándo vas a venir te estamos esperando"*, yo me

sentía extraña, aunque ella y yo en esos años teníamos bastante comunicación y confianza, sentía que estaba invadiendo espacios muy privados de mi vida.

Días después cuando mi mamá ya estaba de regreso en su casa, fui con una amiga y vecina que se dedicaba a cuestiones de magia y esoterismo, ¡ahí, en ese nivel de conciencia me encontraba!, buscando hacia fuera lo que tengo dentro y más, lo que soy. Ella me dijo entre otras cosas: "*hay un bebé en camino*", no le di importancia. De regreso a clases, un día me invitaron a su casa una pareja de amigos, para ver un video que según ellos estaba relacionado con mi proyecto de investigación, en ese video se observaba entre otras cosas, un ritual de africanos donde una mujer era fecundada sin tener relaciones sexuales, me impresionó fuertemente, llegué a casa como a las diez de la noche, me recosté en la orilla de la cama con una sensación muy extraña, recreando en mi mente las escenas del documental, pensando en las infinitas posibilidades que los seres humanos podemos desplegar, debatiéndome en un dialogo interno de pronto una voz me dijo con firmeza: "*¡no!, porque vas a tener un hijo*". Sin embargo, estaba todavía muy apegada a la idea de lo material como única realidad y le busqué una explicación lógica y racional, no lo comenté con nadie hasta después de que nació mi hija, seguramente fue más fuerte el temor a los juicios de los demás y mi propia racionalidad, que el reconocimiento de la existencia de realidades sutiles.

Aproximadamente un mes después me hicieron análisis clínicos y efectivamente estaba encinta. Todo esto me llevaba a replantearme la visión que tenía del mundo, definitivamente había realidades más allá de lo que mis ojos veían. Comencé a sentir una enorme necesidad de buscar todo aquello que me ayudara a reivindicarme con lo divino, sin darme cuenta poco a poco comenzaron a llegarme lecturas de metafísica, yo por supuesto las devoraba, estaba hambrienta de algo más que lo material, de encontrar un sentido trascendental a mi vida. Cambió la idea que años atrás había tenido de Dios. Este Dios sí me gustaba, porque Él no era un juez inexorable y castigador. Fue como si de pronto hubiera entrado a un mundo sublime, mágico y lleno de fantasías, donde la razón cedía su lugar al corazón.

Durante el proceso de embarazo, tuve cambios que sucedían de manera fluida, natural pero intensos, mi perspectiva de la vida cambiaba, mi atención dejaba de centrarse en prácticas de racionalidad instrumental, ahora sentía que el mundo entero era mi amigo, que todo transcurría de una manera sincronizada y perfecta. Por fin el universo había conspirado para compensarme con un gran regalo, tenía un profundo agradecimiento al Ser Supremo por la enorme bendición que me estaba dando. Confiaba en que todo estaría bien, no podría ser de otra manera, me sabía protegida y amada por el Creador y por todos mis seres queridos; desaparecieron dudas, miedos e inseguridades.

Uno de los eventos más importantes de mi vida fue el nacimiento de mi hija, fue cual debería, una experiencia

trascendente. Creo que nunca había disfrutado el dolor con plena conciencia, en ningún momento me identifiqué con él, mi atención estaba puesta sólo en el milagro del nacimiento de la que ha sido la bendición más grande que el supremo me ha dado y la mejor prueba de su existencia. Conocer físicamente a quien había esperado con ansiedad fue como suspender el tiempo, estaba verdaderamente embelesada observando el universo entero en esos ojos que expresaban una profunda paz. Me maravillaba la serenidad y profundidad que irradiaban, me preguntaba cómo un ser tan pequeño podía proyectar tanta seguridad y al mismo tiempo ser tan indefenso y vulnerable. Si me preguntaran cuál ha sido la experiencia más luminosa de mi vida, respondería sin mayor vacilación que esa. Difícil describir, inefable al fin y al cabo, porque las palabras nunca serán suficientes para explicar lo que no corresponde a la razón, sino a lo perenne. Los sentimientos que me provoca los puedo decir así:

### A siempre

*Siempre, llegaste para llenar mi eternidad, para iluminar mi existencia con tu mirada de sol, para llenar mi vacío cuando estabas siempre. Mi amiga, mi cómplice de locuras inciertas, de alegrías de luz de luciérnaga, de ojos de estrellas de profunda mirada.*

*Siempre esperando donde ya eras, llegaste con la sonrisa de primavera de un día luminoso, ahí donde los sueños crecieron de una vez para*

*siempre, tan tierna, tan diáfana, tan pura; mi hermosa niña de chispas de luz, de desbordante ternura color de cristal.*

*Siempre con presencia de ángel para brillar en los segundos que ya no se van, con rostro de diosa tan frágil y fuerte que acaricias la vida con cada paso que das, siempre tan presente, tan perenne, tan una con todo; te adoro en cada segundo del tiempo de siempre y en cada sonrisa de la humanidad.*

*Oh! mi tan ansiada y esperada siempre, llegaste para enseñarme a encontrar el camino de los sentidos perdidos, para llenar de grandezas mis días ordinarios, para contar el milagro de existir cada día, siempre en sintonía con las danzas del cosmos, artífice de historias de imaginación, llegaste para recrear los segundos de la eternidad.*

*Siempre, quiero cubrir de perlas tu ingenio para vivir, me recuerdas la maravilla de encender una chispa de luz, de ponerle color a los días sin sol, siempre te tengo, siempre te tuve, bendita dicha de tu llegada para siempre, donde la conciencia se expande para saberte que eres lo mismo que yo, para saber que eres más que un pedacito de mi.*

Regularmente cuando las transformaciones están ocurriendo, no somos plenamente conscientes, experimentamos el cambio pero no lo reflexionamos, seguramente esta-

mos más en los espacios del corazón que en los de la razón. Sólo cuando pasa algún tiempo y miramos los eventos a distancia, podemos observar que hubo transformaciones en ciertas áreas de nuestra vida. Así fue que años más tarde me percaté cuánto había cambiado la perspectiva de las cosas y con ello mi visión del mundo.

Después de que nació mi hija comencé a viajar con más frecuencia a Iguaza y tenía oportunidad de pasar largos ratos de conversación con una de mis hermanas. Ella tenía una amiga que leía libros de la Colección Metafísica de Conny Méndez. Cuando la conocí sostuvimos una larga y grata conversación sobre lo que ella estaba leyendo, me sentí fuertemente atraída hacia la búsqueda de ese Dios al que se refería, sentía que era el que yo había estado buscando. Aunque mi hermana ya me había hablado sobre esas lecturas, fue a partir de la conversación con su amiga que me sentí realmente motivada a leer metafísica, de esa manera comencé con el libro 4 en 1 de Conny Méndez y con el Libro de Oro de Saint Germain<sup>9</sup>. Fue el inicio de una búsqueda casi desesperada de más y más lecturas, por aparente casualidad empezaron a llegarme diferentes libros de metafísica, desarrollo humano, filosofía oriental, psicología transpersonal, terapias alternativas, etc., con esas lecturas aunque dispersas y no sistemáticas, fortalecía cada vez más mi convicción de que, "lo que tú buscas te está buscando".

---

<sup>9</sup> Méndez, Conny. S/a. *Metafísica 4 en 1*. Caracas. Edit. Bienes Laconica. C.A. Véase también *El Libro de Oro de Saint Germain*. 1987. Venezuela. Edit. Gráficas León. S.R.L.

Otro evento que tuvo gran relevancia por su significado dramático y que habría de impactar mi vida, fue un aborto de un embarazo de tres meses, cuando mi hija apenas tenía año y medio. Estuve planchando toda una tarde, alrededor de las nueve de la noche, comencé a sentir algunos dolores abdominales ligeros, de pronto fui al baño y comencé a sangrar, traté de relajarme, en casa sólo estábamos mi hija y yo, ella dormía, empecé a angustiarme porque la necesidad de ir al baño era más frecuente y el sangrado aumentaba, me sudaban las manos, me latía aceleradamente el corazón, intuía que no era normal lo que me estaba sucediendo, rápidamente escribí un recado para mi pareja, busqué alguna toalla sanitaria y me preparé para salir con mi hija en brazos (que por cierto estaba bastante pesada) para buscar un taxi que me llevara al hospital más cercano, vivíamos en un lugar un poco apartado de los servicios de transporte, era además una zona oscura; por esas razones pocas veces salíamos en las noches; pero ahora...!en cuestión de segundos estaba ya un taxista frente a nosotras!, ¿casualidad?, no hubo tiempo para reflexionarlo hasta meses más tarde. Ya en el taxi pensé que era mejor ir a la casa de una prima para dejar allí a la niña. Me trasladaron al hospital general, me recibieron en urgencias pero ya era demasiado tarde, había perdido al bebé.

Nunca antes había pensado que doliera tanto perder a un ser que todavía no nace, lloré y lloré con la noticia, me impactó tanto este suceso, que me quedé en un estado de shock, al punto de que el trauma duraría algunos meses.

Pasaba el tiempo y todavía dolía el recuerdo de lo sucedido, sobre todo pensaba en las circunstancias de riesgo en que me encontraba y sentía que un poder muy grande debió hacerse cargo de la situación para mantenerme a salvo cuando literalmente se me iba la vida, creo que sólo las mujeres que han padecido este tipo de hemorragias pueden entender la desesperante impotencia y angustia que eso provoca. Y sí estas experiencias no nos cambian al movernos sentimientos y razonamientos a un nivel muy profundo; entonces difícilmente podemos desarrollar la sensibilidad y el sentido de la vida desde una visión distinta a la conocida hasta entonces.

Vivía todavía con el papá de mi hija cuando empezaba ese proceso de búsqueda, leía y releía los libros de la línea de Conny Méndez, eran prácticamente mis libros de cabecera, a los que acudía cada vez que me sentía vulnerable, comenzaba a encontrarle el sentido a mi existencia y a llenar ese vacío que experimentaba, dejé de ser triste y creo que comencé a brillar en las distintas áreas de mi vida.

Aunque aparentemente me estaba realizando y tenía cubiertas casi todas mis necesidades materiales y sociales; no me sentía satisfecha del todo, mi vida había estado orientada sólo hacia esos requerimientos y no a las de mi Ser, si bien me encontraba en un proceso de comprensión y reconocimiento de una realidad superior, mis intereses estaban puestos sólo en el mundo externo y en mi desarrollo psíquico, no de un verdadero desarrollo espiritual que me

permitiera encontrar un sentido más profundo de mi vida. Las aproximaciones al campo de lo trascendente en esta búsqueda, sucedían de modo disperso y limitadas, carecía de suficientes y sistemáticos fundamentos teóricos para orientarme con mayor precisión.

El tiempo que viví con el papá de mi hija fue un aprendizaje más, años después y mirando hacia atrás, comprendí que para mejorar nuestra vida no necesitamos cambiar al otro, sino cambiar en primer lugar uno mismo desde la propia interioridad y a nivel de conciencia, no en el sentido externo y superficial. Teóricamente sabía que "*cuando cambias tú, tu entorno cambia*", ahora lo comprendo mejor con todo el sustento de la física moderna. Con las lecturas de metafísica fui comprendiendo poco a poco la importancia de mi propio cambio y la responsabilidad que yo tenía en ello. Además de leer, hacía oraciones, afirmaciones y visualizaciones. Para ese entonces ya me había graduado en la maestría, lo que significó elevar mi autoestima y posicionarme frente al reconocimiento de una realidad superior, sabía interiormente que era esa esencia perenne y universal que culturalmente conozco como Dios, quien me había permitido llegar hasta ahí, creía que así lo permitía para que yo comprendiera que estaba hecha a su imagen y semejanza en cuanto a sus atributos y por lo tanto era cocreadora con libre albedrío para elegir como usar ese poder divino. Fue un proceso de comprensión de las responsabilidades que cada ser humano tiene para crear las realidades que quiere.

## 2.5 Nuevas decisiones en el camino

Vivía con la esperanza de que algún día el papá de mi hija cambiara su carácter rudo y violento. A pesar de que en teoría ya sabía que el cambio empieza por uno mismo, el condicionamiento era más fuerte que mi convicción, pensaba que mis consejos y sermones lo cambiarían, me asumía en algo así como la “mamá chiquita”. Ese fue un proceso de verdaderos conflictos, de definiciones e indefiniciones, de decisiones y elecciones, por un lado la conciencia de “*cambia tu primero*” y por el otro, el condicionamiento de “*transforma las condiciones externas*”.

Estaba ya convencida que es mejor una separación en armonía que una relación en conflicto. Idea que estaba cimentada en la vida con mis padres, donde generalmente reinaba el cariño, el respeto, la armonía y la paz; en consecuencia creía que todo aquello que no se le pareciera había que evitarlo. Además estaba convencida que Dios me había dado una hija como la bendición más grande que una mujer podía tener y que era responsable de la vida que le ofrecería, sobre todas las cosas quería para ella una vida tranquila de paz y armonía.

En condiciones económicas bastante precarias, sin un lugar adecuado para mudarme, un día no sólo tomé la decisión de separarme, lo hice. Metí cajas de libros, ropa y otros objetos personales en mi auto; los llevé a un pequeño cuarto de estudiantes donde había estado viviendo una de

mis hermanas durante sus estudios de licenciatura. Llevaba y volvía por más cosas hasta que terminé de transportar lo que consideraba para mi hija y para mi indispensable; más o menos en una semana ya estaba en mi nuevo domicilio. Un pequeño comedor, un catre de campaña, una pequeña estufa sobre una mesita de madera, unos tres o cuatro trastes de cocina, unas bolsas de ropa y unas cajas de libros; era todo el bagaje que llenaba mi espacio físico.

En circunstancias casi patéticas, sobre todo para una niña de tres años, mi hija y yo empezábamos una nueva vida. Me sentía libre en muchos sentidos, pero también me había echado a cuestras un costal de culpas, mi mamá me enseñó que un matrimonio es para siempre, aunque no existía un vínculo formal, teníamos una vida marital y una separación era a los ojos de la familia, un fracaso, ¡ah! ¡cómo me pesaban los prejuicios y las culpas! ¿tenía derecho hacerme expectativas de una nueva vida, involucrarme en una nueva relación amorosa cuando alguien más estaba sufriendo?, entendía que uno es responsable de sus actos y que cada uno debe vivir sus propios dramas, no los ajenos; también sabía que lo había intentado todo para salvar esa relación, sin embargo, no había funcionado. Eran muchos los sentimientos encontrados que atentaban contra mi equilibrio emocional.

Sin embargo, las culpas no eran con mi hija, porque estaba convencida que la separación la afectaría menos que una vida de desamor, así fue afortunadamente, muy rápido

se adaptó a las nuevas condiciones de nuestra vida; seguramente contribuyó su corta edad y el apego que tenía conmigo, era una verdadera compañera, estábamos juntas en todas partes; recién nacida la llevaba a clases del postgrado, me acompañaba a la montaña cuando estaba haciendo el trabajo de campo de la investigación para graduarme, también me acompañaba cuando iba a impartir algún curso fuera de la ciudad. Esas circunstancias contribuyeron para que se acostumbrara a una vida de frecuentes cambios. ¿Será que los niños tienen mayor capacidad de adaptación porque al estar conectados con su naturaleza divina tienden más al equilibrio?

En esas condiciones los libros de metafísica me resultaron de ayuda invaluable, prácticamente eran de cabecera, un bálsamo de paz en medio de la turbulencia, los leía una y otra vez, practicaba los decretos sugeridos en ellos, hacía visualizaciones y afirmaciones durante el día. Cada vez que volvían las dudas, los temores, la ansiedad y angustia, abría uno de esos libros, en la página que tocara, sabía que encontraría justamente lo que necesitaba en esos momentos, confiaba en que me buscaba lo que yo estaba buscando y así era, siempre encontraba justamente lo que más necesitaba saber para las circunstancias; con hojas despegadas y otras dobladas mis libros de Conny Méndez fueron por largo tiempo mis fieles compañeros, los llevaba conmigo a todas partes. Esa fue la primera etapa de mi vida en que más me he apoyado y fortalecido con la metafísica.

En el contexto de esos reacomodos, tres meses más tarde nos mudamos a una casa con muros altos y techo de teja, sus espacios eran amplios y se encontraba muy cerca de mi trabajo, pero estaba bastante deteriorada. Sin embargo, las condiciones materiales eran irrelevantes frente a las ilusiones y expectativas que me provocaba el inicio de una nueva vida. La decisión de mudarnos a una nueva casa había sido tomada con quien más tarde sería mi pareja, el cambio no era sólo de lugar físico sino también de relación sentimental y marital. Iniciamos allí él y yo un camino y un proyecto de vida juntos. Además del amor que nos unía, creo que los dos teníamos la esperanza de salir de un pasado doloroso y empezar una vida diferente.

Aunque enamorada y llena de ilusiones, no tenía paz interior; sino culpas, dudas y miedos que desembocaban en angustias. Por una parte la sensación de *"ya no puedo más"* y por otra la intuición que me decía *"sigue, no estas sola, tienes una hija y una pareja"*; sabía que los tormentos y todos los "problemas" eran reales en la medida en que yo les daba poder y que era responsable de mis circunstancias, por lo tanto tenía que poner un alto a todo ese desorden interior si no quería que tomara las formas materiales que ya estaba generando con mi energía mental.

Conseguir mi paz interior era un verdadero reto, parte de mi tiempo estaba distribuido en hacer visualizaciones, afirmaciones, leer y conversar con alguien más sobre temas metafísicos, con el profundo deseo de que mi espíritu toma-



ra las riendas de mi vida. Esa sed casi desesperada de Ser, me conducía hacia una constante búsqueda de bibliografía, de espacios y de gente con quien pudiera compartir, fortalecer y expandir la luz que seguramente había comenzado a emerger. Estaba motivada con la idea de que comenzaríamos una nueva Era, en la que iniciaría el despertar espiritual de la humanidad, las pláticas al respecto eran una especie de reafirmarnos en los conocimientos que adquiriríamos, por mi parte las preguntas solían ser: "¿ciertamente habrá un despertar espiritual?, ¿cómo empezará?, ¿cuándo empezará?"; aunque también creía que había pocas personas, bibliografía y lugares que nos permitieran desplegar como seres espirituales, vivía aferrada a la esperanza de que efectivamente comenzaríamos una era de luz.

Mi pareja y yo comenzamos los trámites para ingresar al doctorado. Una vez aceptados decidimos vivir en Cuernavaca Morelos, buscamos una casa para mudarnos allí, encontramos un cuarto pequeño con baño, pero muy bonito, ubicado en Santa María, hacia el costado izquierdo de la carretera federal de Cuernavaca-México. Nuestro primer encuentro con la casera fue verdaderamente significativo, de esos que se tornan extraordinarios por su sencillez y calidez. Tocamos el timbre que estaba en la reja color azul, de la casa ubicada al fondo del terreno salía una mujer de avanzada edad, con una amplia y sincera sonrisa, atravesando el patio lleno de variadas y frondosas plantas que daban a la casa un aire acogedor y fresco. En unos segundos teníamos enfrente a una mujer de tez blanca, de com-

plexión obesa y bajita, con una mirada que proyectaba profunda tristeza y al mismo tiempo infinita ternura. Después de convenir en la renta del cuarto nos dijo a propósito del pago anticipado y sin recibo de su parte: "*confianza genera confianza*", sus ojos se humedecieron, dejándonos ver la profunda sensibilidad y dulzura de su espíritu.

El clima en este lugar de Santa María es frío, la vegetación es abundante sobre todo en las partes más altas de esta zona, alejada del urbanismo y con características más bien propias de pueblo. Cualquier paseo por los alrededores nos permitía estar en contacto con la naturaleza y apreciar la belleza arquitectónica de sus casas. Las características físicas del lugar y el profundo amor que nos profesábamos conformaban un mundo completo de expectativas. Soñábamos con comprar una casa algún día para mudarnos a vivir allí, sobre todo porque apreciábamos aquellas que estaban en venta, el precio realmente nunca nos importó, ni siquiera lo sabíamos, la confianza de nuestros sueños estaba en la fuerza de un proyecto de vida en común.

Todas las condiciones eran perfectas para continuar viviendo allí, sólo algo no se ajustaba a nuestras necesidades: el cuarto era muy pequeño y requeríamos de un lugar más amplio para mudarnos con todas nuestras cosas a Cuernavaca. Así fue que nos mudamos a vivir a un departamento dentro de la misma zona pero sobre el lado derecho de la carretera federal yendo de Cuernavaca a México y más urbanizada y alejada de la naturaleza.

El departamento estaba en la planta baja, justo abajo del de la casera, que por cierto era una mujer alcohólica y con frecuencia se escuchaban sus llantos y gritos. En el barrio vivían varios militares, lo dedujimos por la facha, todos los días y noches se escuchaba música de estilo ranchero o grupero a todo volumen, conversaciones en voz alta de hombres y mujeres que consumían bebidas alcohólicas; en ese contexto la casera era un elemento más de la "orquesta", su voz dentro de ese escenario se perdía. Más allá de nuestras necesidades de espacios de silencio que nos permitieran estudiar y hacer las tareas del doctorado, esas condiciones eran verdaderamente adversas y casi desquiciantes.

Otra de las razones por las que necesitábamos un lugar amplio era que mi hija viviría con nosotros, a la edad de cuatro años estuvo alrededor de cuatro meses viviendo con mis padres. Esa fue la primera vez que me separaba tanto tiempo de ella, aunque la visitaba y le hablaba por teléfono pensaba que era mejor que estuviera conmigo en cualquier condición que me encontrara, desde muy pequeña se había acostumbrado a vivir conmigo distintas situaciones que no siempre fueron afortunadas, estaba convencida que con las experiencias directas de la vida aprendería a ser independiente y a tomar decisiones. Hoy la vida me ha dado la razón.

Con frecuencia nos olvidamos que los niños necesitan espacios especiales y sobre todo amplios para jugar con otros niños, su ingenio es tan grande que cuando no tienen esas condiciones ellos se las generan, como ocurrió con mi hija. El departamento daba justo a la calle, después de una

semana de vivir allí, un buen día salió, se dirigió hasta el puesto de una señora que vendía antojitos, al parecer entabló con ella una amistosa y agradable charla; se reunían también algunos hombres para comer, conversar y consumir bebidas embriagantes. Al percatarnos del ambiente que allí reinaba, le pedimos que entrara al departamento explicándole las razones de riesgo que corría, era muy pequeña, sus razones eran más importantes y tuvo sus primeros impulsos de rebeldía, se volvió a salir, la trajimos nuevamente al departamento, ahora pusimos seguro a la puerta, pese a ello nuevamente se salió; esta vez sí acabó con la poca paciencia que me quedaba, por primera vez le plante dos nalgadas, hizo el escándalo de su vida. Muy alterada y confundida, pero con la intuición de una madre consideré que era la única manera de hacerla comprender que estaba en peligro.

Apenas estaba dejando de sollozar cuando se comenzaron a escuchar en la calle gritos con palabras agresivas y de violencia, había comenzado un pleito entre hombres que tomaban. Las ventanas de las recamaras daban justamente a la calle, cargué a mi hija y la levanté para que viera lo que estaba ocurriendo y le dije: "*mira nena, esto es lo que queremos evitarte*"; la escena la dejó pasmada: ¡un hombre con la cara llena de sangre que le escurría de la cabeza, era agredido por otro con una botella rota que llevaba en la mano! Doy gracias a Dios porque protegió a mi hija.

Desde entonces ya no se volvió a escapar y ni siquiera a insinuar que quería salir a la calle, lo que sí comenzó a

decirnos es que de grande sería pandillera y según ella para eso estudiaría. Un día estábamos preparando el desayuno en la cocina que también daba justamente a la calle, cuando se escucharon unas voces de hombres, una especialmente fuerte, mi hija al escucharlo hablar dijo: "*Shisss, ahí va mi amigo el ronco*"; ¿mi hija verdaderamente se estaba identificando con esas personas y su ambiente?, ¡era serio el asunto! Nuevamente la llevamos con sus abuelos, allí continuó la educación de preescolar con una de sus primas de la misma edad, además de que había otros niños, también espacio suficiente para jugar, un clima amoroso y paternal de la familia.

Todos los días tenía el impulso de comunicarme por teléfono con ella, en teoría entendía que la aprehensión me generaría situaciones adversas, incluso a nivel somático podía tomar forma esa emoción, también comprendía que el simple hecho de que los hijos estén con uno no es garantía de seguridad y bienestar, a veces están mejor en otro lugar en condiciones distintas; además sabía que tenía que confiar en que un poder superior la cuidaría, conmigo o sin mi, en cualquier lugar y en cualquier circunstancia, si yo confiaba plenamente y la ponía en manos de la inteligencia divina, fundamentalmente en el sentido bíblico de "*dejar mi carga en el señor*", soltándome y relajándome para no incidir negativamente o bien obstruir. Era difícil porque el condicionamiento de rezar y pedir con los músculos tensos y el miedo a flor de piel era fuerte, pero sabía que como todas las situaciones que uno llama "problemas", ésta era una oportunidad

de fortalecimiento espiritual, era como si el poder infinito me dijera: "*tienes esta situación, sabes qué hacer, veamos que tanto haz aprendido*".

Pronto me acostumbre a no llamarle con frecuencia, a tener confianza y tranquilidad pese a no estar juntas. Sin embargo, la decisión de mudarnos a otro departamento estaba tomada, porque allí era difícil cumplir con nuestros propósitos profesionales.

Encontramos un departamento sobre el costado derecho de la carretera federal Cuernavaca-México, era más pequeño pero en mejores condiciones, también en la zona de Santa María, pero ahora sobre esa área frondosa llena de coníferas que caracteriza a esa carretera. Con eso de que "*todo cabe en un jarrito sabiéndolo acomodar*", nosotros supimos acomodar o más bien encimar todas las cosas que ya teníamos para ese entonces.

Una tarde de clases, conversando con mi amiga Clariza durante el receso, me enteré que ella asistía a clases de *física mental*, me interesé y unos días después ya estaba asistiendo al curso. Aunque algunas cosas ya las conocía en teoría, me hacía falta vivenciarlas y eso lo apreciaba enormemente; esta experiencia duró poco. Mi pareja tuvo un contratiempo que vendría a cambiar radicalmente la dinámica de nuestra vida familiar, tuvo que salir urgentemente fuera de la ciudad.

La decisión de mudarnos a un lugar más amplio ya estaba tomada, incluso ya se habían hecho los arreglos necesarios con la dueña de la casa donde viviríamos, los incidentes ocurridos sólo vinieron a precipitar la mudanza, que por cierto la tuve que hacer con el apoyo de algunos compañeros del doctorado, en un sólo día y en circunstancias verdaderamente forzadas, todas las cosas quedaron amontonadas en la pequeña sala de la casa. Durante quince días estuve viviendo en el departamento de una amiga, mientras la situación volvía a la "normalidad" y mi pareja regresaba. Días después nos reunimos en la nueva casa ubicada también en la zona de Santa María. Esta sí satisfacía nuestras necesidades de espacio, tenía además un amplio patio y nos agradaba mucho. Mi hija nuevamente se fue a vivir conmigo durante un semestre, el jardín al que asistía estaba cerca de donde vivíamos. Sin embargo, ese fue el comienzo de una vida marital irregular, él trabajaba en la ciudad de México, salía con frecuencia y a veces durante varios días. Prácticamente el doctorado en su parte escolarizada había terminado, después de la elaboración del proyecto de investigación y su aprobación respectiva, las razones para continuar viviendo allí no eran fuertes, de hecho yo tenía pendiente sólo el compromiso del trabajo de campo, que por cierto lo estaba realizando en una comunidad del estado de Morelos.

Mi hija nuevamente regresaba a Iguala, allí hacía el primer año de educación primaria. Me sentía desorientada, perdida y sin identidad, ¿qué sentido tenía seguir viviendo

allí? Prácticamente mi único compañero era el "oso", el primer perro que conseguimos justamente para cuidarnos y hacernos compañía. Esa fue una época de mi vida de verdadera desorientación, si bien nos habíamos planteado un proyecto de vida, este era ambiguo, general y a largo plazo; en concreto y a corto plazo no sabía que camino seguir, ¿por qué continuaba en Cuernavaca, que me detenía allí además del trabajo de campo de la investigación?, nada, la razón de fondo era que tenía una especie de pérdida de identidad, actuaba casi por inercia. Así fue que una tarde caminando y cavilando me preguntaba: ¿qué hago aquí?, ¿por qué sigo aquí, si ya cumplí con mis propósitos por los que vine?; lo cierto es que había estado perdiendo capacidad de decisión y voluntad, dependiendo de otro y dejando que decidiera por mí. No son los otros quienes nos cortan las alas, las cortamos nosotros mismos. Nuevamente esa sensación de sinsentido, de vacío lacerante que constriñe la esperanza en monotonía, era mi obligada compañera.

La casa donde hoy vivo se encontraba todavía en condiciones inhabitables, aunque ya tenía algún avance en la construcción. Convenimos en que se le harían algunos arreglos a fin de que aun en obra negra pudiéramos habitarla. Mientras tanto estuve viviendo en Iguala en casa de mis padres, durante tres meses aproximadamente, en los que mi hija empezaba a estudiar el primer año de primaria. Una vez que se habían terminado los trabajos de construcción previstos, hicimos la mudanza de Cuernavaca a Chilpancingo.

En esas condiciones empezaba una nueva etapa de mi vida, reincorporándome a mis actividades académicas en mi centro de trabajo. Las posiciones políticas y sociales cambian, por tanto mi asignación de carga laboral y mi incorporación en nómina no fueron automáticas, como deberían ser según convenio de beca otorgada por la Institución; al contrario, significaron problemas laborales que en primera instancia se plantearon como causales de huelga y más tarde fueron objeto de demanda. Esas circunstancias me colocaron en una situación económica bastante precaria que duró meses y que afectarían otros espacios de mi vida, dicen que *"las letras no entran cuando se tiene hambre"*, yo no sólo tenía hambre, también tenía indignación, incertidumbre y muy baja autoestima; me preguntaba si había valido la pena estudiar un doctorado para que el reconocimiento estuviera sujeto a criterios políticos de quienes tomaban las decisiones.

Pese a ganar la demanda no se ejecutaba, las condiciones reales seguían siendo las mismas, hasta que finalmente a fuerza de presión y negociación personal y sindical, me reincorporaron a nómina con cambio de adscripción a la Facultad de Filosofía y Letras y con el respectivo tiempo completo; lugar en el que actualmente laboro. Dicen que *"no hay mal que por bien no venga"*, y en términos metafísicos se dice que todo aparente mal, encierra un bien. En mi caso ese principio se estaba cumpliendo; comencé a trabajar en un lugar que me satisfacía y a recibir un salario que después de la miseria económica en que había estado, me parecía mucho.

Empecé a recuperar mi autoestima y bienestar general, emocionalmente intenté juntar los pedazos en los que me había convertido, con el ánimo de reintegrarme y volver a ser nuevamente yo; intento que sucedió a medias porque el proceso que me llevaría hacia diferentes condiciones sentimentales, había comenzado casi paralelamente con el traslado de Cuernavaca a Chilpancingo. Mi vida sentimental en cuanto a relación de pareja, no estaba separada de los demás aspectos de mi vida, por el contrario se influían en una situación compleja. Mi estado interior de desorden, inseguridad y autocompasión se proyectaban hacia fuera, y como dice el principio metafísico de mentalismo: *"como es arriba, es abajo"*, es decir, como mi interior era mi exterior, las dudas, temores, ansiedades e inseguridades que me embargaban comenzaban ya a tomar forma.

A pesar de que en mi vida cada cosa comenzaba a acomodarse, emocionalmente me sentía vacía, toda mi energía la orientaba a "reconquistar" a mi pareja, por supuesto que de la peor manera, cometiendo error tras error, provocando y forzando situaciones que colocaban mi dignidad humana por los suelos. Lo paradójico era que conociendo de metafísica, continuaba leyendo y practicándola, pero al mismo tiempo buscaba los cambios hacia fuera y no en mi interior, pretendía que mis circunstancias cambiaran sin cambiar yo desde mi Ser. Evidentemente quería paz pero yo no la tenía, quería amor y no me amaba a mi misma, buscaba armonía cuando mi peor enemiga era yo. Esa fue una etapa verdaderamente de fuertes conflictos entre el condi-

cionamiento del ego y mi espíritu; toqué fondo, mis fuerzas se agotaban cada vez más.

Indudablemente que el aprendizaje fue invaluable, el dolor fue mi mejor aliado para crecer espiritualmente. En medio de esa situación tenía además el compromiso de obtener el grado en el doctorado, aunque no entendía porque se prolongaba la racha yendo de una adversidad a otra; comenzaba a comprender que todo tiene un propósito, que todo es para bien si nos ayuda a hacernos conscientes de nuestras potencialidades y posibilidades de expandir la conciencia. Además creo que la experiencia de dolor o dicha no es lineal, suponen altibajos de esperanza y desesperanza, al fin y al cabo los seres humanos nos mantenemos vivos gracias al sentido que hacemos en medio de las diferentes situaciones; cuando nos dejamos caer totalmente es porque ya hemos perdido el verdadero sentido de la vida. El dolor muchas veces nos impulsa a buscar las salidas, algunas son afortunadas y otras desafortunadas. Como dice Frances Vaughan, aunque nuestro crecimiento espiritual es responsabilidad de cada uno, necesitamos de la ayuda de otros; yo buscaba esa ayuda en grupos de cristianos o con amigos que compartíamos la misma filosofía y que también estaban en la búsqueda de una realidad trascendente.

En esa época tenía la esperanza de que ciencia y espiritualidad se reunieran, como lo pronosticaban quienes trabajaban en el campo de lo perenne, incluso la metafísica de la línea de Conny Méndez. Ansiaba que mi desarrollo espiri-

tual no estuviera reñido con mi vida laboral, como había sucedido en la época en que la materialidad y la racionalidad instrumental ocupaban con mucha fuerza el centro de atención del campo académico, al punto que cualquier cosa que sonara a espiritualidad se tomaba como sinónimo de doctrina dogmática, era relegada y algunas veces hasta ridiculizada; así que era un riesgo exponerse sin ningún sustento teórico.

Así transcurría la vida hasta que un día de 1999, Ramón Gallegos Nava impartió una conferencia sobre Educación Holista, en la Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad Autónoma de Guerrero. Una amiga y yo leímos la invitación que a través de trípticos se hizo; los primeros comentarios que hicimos fueron tales como "*vamos, seguramente es lo que estamos esperando*". Efectivamente a medida que transcurría su exposición, cruzábamos miradas de afirmación y beneplácito, era lo que esperábamos: el sustento emergente para la necesaria integración de ciencia y espiritualidad. En realidad esta visión es muy vieja en cuanto al sustento de una filosofía perenne, místicos y filósofos de la antigüedad ya la planteaban; al mismo tiempo es muy nueva, expresada fundamentalmente en las teorías de la nueva ciencia. El mérito de Gallegos ha sido la sistematización que ha hecho de las fuentes que la nutren.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Gallegos Nava Ramón. 1999. *Educación Holista. Pedagogía del Amor Universal*. México. Editorial Pax.

Después de asistir a esa primera conferencia, he seguido formándome a través de Diplomados en Educación Holista, Filosofía perenne y otro tipo de eventos académicos como Coloquios, Seminarios y Conferencias. Esto me ha dotado de sustentos teóricos para a su vez impartir cursos, conferencias y talleres sobre esta nueva visión del mundo que pone en el centro a la espiritualidad.

Gracias a que esta nueva visión se ha ido abriendo paso en los espacios académicos, se abren también posibilidades para reintegrar mundo de vida y mundo externo, que a algunos como a mi nos ha permitido nutrirnos en cuanto a sustento teórico y en conciencia de lo que somos, con todo lo que esto supone. En mi caso ésta ha sido una elección por convicción que no ha sido fácil y mucho menos agotada; el camino lo he comenzado y creo que como proceso de aprendizaje y evolución de conciencia no terminaré de recorrerlo. Tampoco ha sido un recorrido continuo y lineal, por el contrario se ha sucedido con interrupciones necesarias y de altibajos.

## 2.6 Otra manera de percibir

Con el propósito de dedicar más tiempo al aprendizaje cognitivo y vivencial dentro de este nuevo paradigma, me ocupé de tiempo completo a trabajar la investigación para graduarme en el doctorado, tregua que duró aproximadamente dos años.

Fueron circunstancias desfavorables y difíciles no sólo en lo teórico-metodológico, sino también personal y sentimentalmente. Postergaba la separación de pareja con el ánimo de procurarme estabilidad emocional, en tanto no me graduara. Fue un error que me dejó muy mal parada porque mientras yo esperaba el momento "oportuno", él prácticamente ya me estaba abandonando. Así aprendí que no hay el "mejor momento" para algunas decisiones, creo que tenemos que tomarlas cuando hay que hacerlo y con valentía, ese miedo a la separación al que estamos condicionados por las falsas creencias de soledad nos paraliza y la cobardía nos conduce a que otros decidan por uno. Por supuesto, ese aprendizaje no es definitivo aunque lo entendamos cognitivamente, estamos siempre expuestos a cometer los mismos errores; lo que en todo caso va cambiando con los tropiezos es la manera en que los percibimos.

Fue difícil elegir entre vivir el duelo o trabajar mi tesis, ¡vaya tremendo desafío!, cuando sentía que la vida se me iba y sólo me quedaba el vacío y la lacerante soledad. Pero como decía mi mamá: "*Dios aprieta pero no ahorca*", la necesidad y presión de terminar la investigación, me enseñó a tener "*paz en medio de la tormenta*". Me apoyaba y me refugiaba en la convicción de la existencia de una realidad superior, de energía e inteligencia pura a quien yo como muchos que compartimos la cultura occidental, le llamo Dios. Se que es difícil explicar lo espiritual pues es inefable como dice Ken Wilber, pero estoy convencida que Eso que soy como esencia perenne, es lo que me sostuvo y me mantuvo de pie.

En sentido común se dice que cuando una puerta se cierra, se abren otras; en mi caso así sucedió, en medio de tantos obstáculos, siempre hubo alguien que me abrió una puerta y me ayudó; concluí el trabajo de investigación, lo sometí a dictamen, fue aprobado en la segunda ocasión. Sólo restaban los trámites burocráticos y los cursos de inglés e italiano (eran de libre elección); esta fue otra pesadilla que parecía no terminar, tuve algunas dificultades para cubrir los requisitos de los idiomas; además ya me había reincorporado a mi centro de trabajo y tenía la presión institucional de cumplir con el compromiso de becaria; estuve a punto de desistir y quedarme en el camino. Finalmente acabaron las pesadillas burocráticas y me pusieron fecha de examen. Ya se imaginara usted querido lector, la alegría que significó para mí llegar a la meta de este reto, después de tantas noches oscuras.

Nuevamente aprendí que la confianza y la paciencia son cruciales para el desarrollo y crecimiento espiritual. Muchas veces queremos que las cosas se resuelvan a nuestro modo y desaprovechamos las señales de aprendizaje que el universo nos envía con cada situación adversa. Terminaba un ciclo y empezaba otro. Igual había quedado atrás el dolor de separación, ¿Cuándo y cómo sucedió?, no lo sé, seguramente fue más fuerte mi sentido de supervivencia. Al fin y al cabo el dolor es parte esencial en el proceso evolutivo de la conciencia, lo importante es trascenderlo y evitar que se torne sufrimiento.

## 2.7 Un ser querido abandona este mundo

Pocas veces apreciamos el crecimiento que nos dejan las experiencias de dolor, hasta que lo recordamos y nos observamos con cierto dejo de frialdad, o bien cuando sucede otra eventualidad nos percatamos por nuestras respuestas que ya no somos los mismos. Una madrugada del 2004, el timbre del teléfono me despertó, descolgué y al otro lado se escuchaba la voz de una de mis hermanas que decía: *juve...* al escuchar su trémula voz, mi corazón comenzó a latir aceleradamente y dije: *¿qué pasa Rosy?, mi tío falleció?* Pensé inmediatamente en él porque se encontraba gravemente enfermo, ella respondió en voz baja y pausada: *no, mi mamá se murió*, hice una respiración profunda y le respondí: *tranquila, no llores, voy para allá*. Todavía no puedo explicar qué fuerza me sostuvo para mantenerme en un estado de lo que se puede entender como tranquilidad en esas circunstancias. Durante algunos segundos me quedé sentada en la orilla de la cama, respirando profundamente y tratando de entender que la muerte física es perfectamente natural y que en realidad no se muere, sino se trasciende.

Poco a poco fui incorporándome y me dirigí a la recamará de mi hija, la desperté con mucho cuidado para no asustarla, se reincorporó y me dijo: *mami, ¿qué pasa, por qué me despiertas?*, esforzándome por aparentar tranquilidad le respondí: *no te asustes nena, tengo que decirte algo*, ella más dormida que despierta respondió: *¿qué, ¿otra culebra?!*, impresionada todavía por lo que recién había su-



cedido en casa. Al amanecer de ese día, me había despertado el ruido de algo que cayó a un lado de la Biblia que se encuentra permanentemente en el buró, que está del lado izquierdo de mi cama, cuando giré la cabeza hacia ese lado, lo primero que miré fue la cola de una culebra enroscada, con rayas color café y de tamaño más bien pequeño. Mi primera reacción fue de pánico, me levanté precipitadamente tomé el teléfono, caminé hacia la recamará de mi hija y la desperté abruptamente, le pedí que observara que no se moviera de lugar la culebra, mientras yo le marcaba a un amigo para solicitarle su ayuda, quien asistió rápidamente en nuestro auxilio; en medio de gritos y risas nerviosas le trajimos palos y machete, por fin la mató. Comentamos lo simbólico del incidente, había caído justamente a un lado de la Biblia, sin pensar que ese simbolismo lo conoceríamos más tarde y que trastocaría nuestras vidas.

Así que todavía con los efectos de la impresión ella suponía que nuevamente la despertaba porque algo semejante había sucedido; yo continuaba respirando profundamente, le toqué el hombro y dije pausadamente: *tu abuelita falleció*, ella se quedó callada por unos segundos..., se paró lentamente, se dirigió a la cocina y comenzó a llorar, la abracé susurrándole que a todos nos tenía que pasar en algún momento y que además ella sabía que la muerte no existía, sólo era como cambiarnos de ropa y que mi mamá seguía viva porque el espíritu nunca muere.

Estuvimos despiertas esperando que amaneciera para viajar a Iguala. Durante el viaje recuerdo a un señor que iba

sentado a mi lado, comenzó a hablarme de Dios, me contaba su historia de cristiano y de cómo Dios lo había ayudado para salir de sus vicios y de problemas familiares; yo sólo lo escuchaba, estaba absorta en mis pensamientos y en mi dolor, él seguramente ni se percató de las lagrimas que escurrían incontroladamente de mis ojos. Esta era la primera vez que perdía a alguien tan cercano como mi madre y temía mi reacción al verla en el ataúd. Al llegar me acerqué lentamente al féretro, la observé y le di un beso en la frente, me despedí de ella sin dejar de mirarla mientras pensaba en la belleza de la trascendencia de ese evento, observé tanta paz en su rostro que se antojaba a descanso absoluto en el sentido literal y pleno de la palabra, a presencia total en esa aparente ausencia. Me dolía pensar que ya nunca más podría abrazarla y decirle "te quiero", pensar que ya no estaría ahí mi amiga y mi cómplice con quien compartía confidencias personales; pero me dolía por mí, por ese apego a su presencia física, no por ella que sólo abandonaba su cuerpo; por otra parte estaba también la conciencia de que somos seres espirituales y que en todo caso la muerte es sólo una ilusión que oculta nuestra naturaleza perenne, además también sabía que era momento de asumirlo prácticamente. Pude percatarme que en otros tiempos y circunstancias mi vida se hubiera ido con ella, fue entonces que revaloré mi crecimiento y fortaleza espiritual. Entendí que sí me dolía pero ya no me identificaba con la idea de muerte que prevalece en la cultura occidental, donde se piensa que somos un cuerpo con un espíritu y no espíritu con un cuerpo.

## **2.8 Un dilema: un desafío**

Otra experiencia que me ha influido y fortalecido espiritualmente ha sido el hecho de que mi hija se enferme. Desde pequeña ha padecido de cuadros asmáticos en diferentes lugares y épocas del año, afortunadamente una sola ocasión ha sido hospitalizada. Gracias a Dios esos cuadros se manifiestan cada vez menos. Cada una de estas experiencias han sido un desafío y de enorme crecimiento, han representado un dilema entre asistir a un médico (generalmente de medicina alopata por la rapidez de los efectos terapéuticos) o poner en práctica los conocimientos de Filosofía Perenne y el reconocimiento de mi naturaleza divina y desplegarla; ¡semejante desafío! cuando se trata de un hijo y el condicionamiento cultural es grande.

Recuerdo cuantas veces tuve que tomar una decisión y no siempre fue la más acertada; muchas fuimos a parar al médico quien recetaba a mi hija generalmente antibióticos; otras seguimos recetas de medicina herbolaria cuya mejoría resultaba por lo regular muy lenta; algunas veces acudimos a terapias de aplicación de energía, otras a homeopatía; siempre buscábamos ayuda hacia fuera, fue más o menos a partir de que ella cumplió 12 años que impulsada por la desesperación, comenzamos a plantearnos diferentes terapias alternativas que nos permitieran atender de manera integral su salud, considerando desde la dimensión corporal hasta la emocional y espiritual. Esta perspectiva ha significado mucho trabajo interior por parte de las dos, que nos

ha permitido comprender el grado de responsabilidad en su propia curación.

Pese a que ha sido notable la estabilidad y mejoría; continuamos el proceso de autoconocimiento, tanto ella como yo estamos haciéndonos conscientes de que somos responsables en la construcción de las diferentes circunstancias de nuestra existencia. Un malestar físico finalmente es el pretexto para volver la mirada hacia el interior y aprender que podemos desplegar lo que potencialmente somos. Aunque no ha sido fácil, hemos comenzado ya el proceso de descondicionamiento y desapego a la vida material, para encontrar el sentido de lo trascendente.

Comprendo la importancia de desarrollar la integridad desde nuestra propia interioridad; la búsqueda no ha terminado, sigue con encuentros y desencuentros, pero cada día con mayor convicción de que urge construir un mundo mejor, desde una nueva visión y percepción del mundo, donde la espiritualidad ocupe el lugar que le corresponde en los diferentes espacios de la vida humana; sobre todo en las escuelas, donde la llegada de los nuevos paradigmas es con bastante retraso. Pero también es importante tomar en cuenta que una crisis puede ser una oportunidad para el despertar espiritual. Cuando se busca el sentido de la existencia cualquier evento es una oportunidad, una enseñanza o una bendición, pues todo es aprendizaje. Cuando se encara la vida como es, con dolor y sufrimiento propio y ajeno cambia la perspectiva y se descubre un mundo nuevo, para eso debemos buscar en el interior.

Muchas veces se piensa que la espiritualidad se desarrolla básicamente por los momentos luminosos de la vida, esas experiencias de luz donde algo trascendente y significativo sucede, como un sueño, una revelación o cualquier otro evento extraordinario y que muchas veces llamamos milagro. Sin negar la importancia que estos fenómenos tienen, generalmente son más expresión o efecto que causa y en muchas ocasiones pueden llevarnos a lo que se conoce como soberbia espiritual, motivados por el inflamamiento del ego. Desafortunadamente las experiencias que mayor desarrollo y crecimiento espiritual nos proporcionan son aquellas de dolor que nos conducen a vivir noches oscuras, por eso es equivocada la idea de que al encontrar el camino de la espiritualidad ya nunca más tendremos adversidades y dolor, estas situaciones se pueden seguir presentando pero se viven desde una visión y percepción distinta, que nos ayuda a reconocer las sombras.

## Capítulo III

### La conciencia del lado oscuro

Reconocer mi sombra es reconocer que me duele la indiferencia del ser amado, que soy intolerante frente a ciertos comportamientos, me enfurece la mentira y la injusticia, pero a veces también miento y soy injusta; me deprimen los días nublados, a veces traiciono mis principios, seguramente como todos tengo algunos miedos, todavía no perdono con facilidad, a veces también crítico destructivamente, otras me relaciono movida por intereses ajenos a la amistad genuina, en ocasiones soy impulsiva y grosera con algunas personas. Ya no sigo porque no me estoy describiendo, sino sólo ejemplificando algunas maneras en que podemos expresar nuestro lado oscuro y reconocer que yo no soy la excepción, encontrar y seguir en el camino supone también hacernos conscientes de ese otro lado nuestro. Si bien en toda mi vida se ha encontrado la sombra, no siempre he sido consciente de ella, las siguientes son situaciones que me han permitido reconocer ese lado oscuro de mi.

Un día del 2005 desperté con la sensación de sinsentido, de no saber por donde empezar, de estar perdida y desorientada; a las siete de la mañana me estaba preguntando qué era lo más prioritario de todas aquellas cosas que tenía que hacer. Entre asesorías, tutorías, trabajar el Programa de Autoevaluación, preparar la información para la base de datos de Investigación en Educación, avanzar en mi proyecto de investigación, leer sobre el Diplomado de Filosofía perenne, hacer la autobiografía espiritual para el Diplomado; en fin, realmente me sentía abrumada y agobiada, esto era únicamente en lo que a trabajo laboral se refiere, en los espacios personales y familiares mis compromisos y responsabilidades también me agobiaban.

De pronto me percaté que ese estado de ánimo no me ayudaba para tomar una decisión, por el contrario me paralizaba. Sin embargo, sabía que por algo tenía que empezar, comencé a prepararme para ir a trabajar. En la escuela atendí algunos pendientes de carácter burocrático, en mi carácter de Coordinadora de Academia del programa de Filosofía; a las diez de la mañana ya estaba en una reunión en la que reinaba ese ambiente frío, competitivo y de soberbia intelectual que caracteriza a las reuniones academicistas<sup>11</sup>, me sentía verdaderamente hastiada y me preguntaba: ¿por qué defendemos nuestros puntos de vista con tanta obstinación

como si en ello se nos fuera la vida? Finalmente concluimos, Pensé en la importancia de escuchar con respeto los puntos de vista de los demás y que significa un profundo trabajo interior.

De regreso a mi cubículo ya me esperaban personas y pendientes, me sentía asfixiada y ansiosa, después de atender esos asuntos burocráticos que por cierto es la parte más fría y dura de mi trabajo; nuevamente llegó esa sensación de vacío, instintivamente cerré mi cubículo y decidí irme a casa. Conduciendo mi auto reflexionaba y me preguntaba ¿qué era lo que realmente quería?, ¿por qué nada o casi nada de lo hacía me satisfacía plenamente?, ¿por qué, si profesionalmente hacía lo que me gustaba y me estaba realizando en ese ámbito de mi vida, sentía ese vacío existencial? Intuitivamente sabía que estaba viviendo de una manera fragmentada, también sabía por qué y entonces la pregunta era: ¿cómo conciliar mi vida espiritual con la profesional? El problema no era de concepción, porque eso me parecía que lo tenía claro y precisamente el conflicto de ahí surgía; la incomodidad nacía justamente del sentido de fragmentación. Desafortunadamente por políticas educativas en nuestras instituciones se nos dice qué hacer y cómo hacerlo, aunque el precio sea el sacrificio de la creatividad y de las experiencias subjetivas.

Una vez discernido el fondo del mal-estar, tomé la decisión de generarme espacios donde mis diferentes dimensiones no estuvieran reñidas. En buena medida este modesto trabajo es resultado de esa reflexión, tenía que

---

<sup>11</sup> Entiendo el academicismo como aquellas reuniones largas y tediosas de discusiones teóricas, ideológicas y políticas; donde el propósito de demostrar que se tiene la razón es más importante que la tolerancia a otras opiniones diferentes a la nuestra y a la solución de problemáticas.

hacerlo, algo muy dentro de mi me decía que urgía hacerlo. Al poner en orden mis pensamientos me invadió un sentimiento de profunda emoción, creí que pasaría y que la olvidaría en el transcurso del día y sobre todo con otras actividades, pero no fue así, al contrario, en todo momento estuvo presente la sensación de que tenía un compromiso conmigo, había tomado una decisión y debía cumplirla.

Estaba convencida que mi conflicto era: ¿cómo revitalizo mi mundo interior y al mismo tiempo atiendo mis actividades profesionales? Para el desarrollo integral del ser humano las diferentes dimensiones tienen que complementarse, no reñirse; el camino para la conciliación hacia la totalidad, cada uno lo elige. Sentía que estaba viviendo una vida fragmentada y que no era congruente con la visión de integridad que tenía. De hecho estaba experimentando la misma sensación de años atrás, cuando de manera aislada y no sistemática leía algunos libros de humanismo, metafísica y filosofía oriental; pensaba: *"me gustaría que todo esto llegara a las escuelas, como me gustaría conciliar toda mi vida, de manera que en todos los espacios pueda desarrollarme como un ser espiritual, como lo que realmente soy"*. Un día llegó, porque como dice Paulo Coelho<sup>12</sup>, *cuando deseas algo todo el universo conspira para que lo tengas*. Llegó no porque yo lo ansiaba, sino porque seguramente fuimos muchas personas deseando lo mismo, pero como todos los procesos no llegan de la noche a la mañana.

En el marco de reflexiones asumí que me incomodan las reuniones académicas llenas de reflexiones cognitivas, entiendo que el desarrollo del ser humano implica a la dimensión cognitiva, pero también entiendo que ésta tiene sus límites, es necesaria pero no suficiente. Para desarrollarnos plenamente como totalidad necesitamos desplegar todas nuestras dimensiones; la corporal, social, emocional, estética y espiritual. En todos los espacios debiéramos desenvolvernos como lo que somos: Totalidad<sup>13</sup>.

Estamos condicionados por la visión del paradigma mecanicista para competir con nuestros semejantes, muchas veces nos afanamos por tener un alto nivel académico para estar por encima de los otros; o por tener enriquecimiento material por encima de todos y todo, pese a que en ello muchas veces literalmente se nos vaya la vida al generarnos altos niveles de estrés; (cada día crecen los índices de muertes por enfermedades generadas por estrés). Con la concepción fragmentada y mecanicista que prevalece todavía en nuestros sistemas educativos, todos participamos en una dinámica competitiva de tal manera que suponemos que quien tiene un alto nivel educativo o se encuentra en alto nivel cognitivo, está por encima de los demás. Juzgamos según la lógica mecanicista, fría e instrumental; muchas veces pensamos que si para nosotros el desarrollo cognitivo e intelectual es el fin y no el medio, también para los otros debe ser así, no pensamos en la posibilidad de que para otros puede ser el medio y no el fin.

---

<sup>12</sup> Coelho Paulo. 2004. *El alquimista*. México, D.F. Editorial Random House Mondadori, S.L.

---

<sup>13</sup> Gallegos Nava, Ramón. *Op.cit.*

Esa lógica tristemente nos conduce a desencadenar intercambios de sentimientos negativos, que difícilmente posibilitan el trabajo de cooperación y armonía, como base para el crecimiento integral y transpersonal que supone pensar en el bienestar propio y al mismo tiempo en el de todos. El desarrollo profesional es importante pero se le debe poner en su justo lugar y no magnificarlo cuando sólo es un aspecto o dimensión del ser humano; porque desplazamos de nuestra vida lo trascendental, lo que proporciona un sentido profundo a la existencia, a saber: la espiritualidad. Nunca la vida profesional o desarrollo cognitivo tendrá el lugar de lo trascendental, es importante, pero no es su despliegue lo que nos permite ser mejores personas para relacionarnos con los demás, con el medio ambiente y con todo el Universo.

### **3.1 Cuando el ego busca tomar las riendas**

Con frecuencia nos movemos con el riesgo de ser atrapados por el ego. A veces me invade esa sensación de incomodidad, esa sensación de que algo interno no se encuentra en su lugar, de no estar centrada y sintonizada con ese algo que no veo pero cuya presencia siento tan firme, fuerte y convincente. Es mi conciencia que me llama la atención cuando estoy errando el camino, cuando estoy haciendo algo que me aleja de mi espíritu y me acerca al ego. Sin negar el papel del ego, se trata de darle a la espiritualidad el justo lugar que le corresponde y que por mucho tiempo en la historia de la humanidad le hemos negado.

El problema es que hemos privilegiado e inflado al ego, mirando sólo hacia fuera, poniendo demasiada atención al desarrollo material. Con frecuencia es tal el condicionamiento que caemos en las trampas del ego, son muchas las tentaciones que nos conducen hacia su frívolo mundo. Sin embargo, cuando nos encontramos en búsqueda de lo trascendente, en proceso de despertar a lo que somos, experimentamos conflicto. De vez en cuando vivo ese conflicto, pues la evolución de la conciencia no es lineal, es más bien un proceso en espiral, como acertadamente lo dice Frances Vaughan, estar en el camino de la espiritualidad o tener experiencias espirituales no supone que ya no exista el sufrimiento, pero sí significa que cambie nuestra percepción hacia él, lo podemos observar pero sin identificarnos con él.

Reconocer la sombra es importante porque es necesario para nuestro propio crecimiento espiritual. Si la negamos o reprimimos puede emerger de la peor manera, reconocerla es parte de nuestro desarrollo, pues se trata de observarla conscientemente sin identificarnos con ella. Cambia nuestra percepción cuando observamos desde nuestra perennidad, cuando nos posicionamos en lo que realmente somos y reconocemos nuestra identidad divina.

Quiero ilustrar esto con lo siguiente: un día, comencé a experimentar una especie de vergonzosa incomodidad, generada por una relación laboral que a mi juicio estaba siendo de manera muy sutil condicionada y controlada, que me llevaba a tener comportamientos y actitudes convencionales para mantenerme en una situación de cierto privilegio

y status. Después de hablarlo con un amigo y de examinarlo desde mi interioridad, comprendí con suficiente discernimiento qué eso era precisamente lo que me estaba haciendo “ruido”, estaba traicionándome al hacer algo que me alejaba de mis propósitos y de mis principios de, estar donde quieras estar y hacer lo que quieras hacer en la medida de lo posible y con plena conciencia, si eso no daña a terceros o a otras formas de vida.

A veces nos relacionamos con personas que buscan control, manipulación, algún tipo de poder o bien otra intención que los conducen a buscar estrategias de acercamiento, esas actitudes malintencionadas generalmente pueden percibirse cuando la relación no es fluida y natural, sino forzada. Eso me sucedió, entré en el juego de un hombre y me relacioné con la lógica de, *quieres sacar ventaja de mí, pues yo también la sacaré de ti*. Duele confesar algo como lo que voy a decir pero... caí en la trampa de mi sensibilidad femenina, (otros le llaman debilidad), de esas que las mujeres contestamos algo así como: *gracias, no te hubieras molestado*, como respuesta a esos detalles donde no importa el valor material, pero que comprometen, no sólo personalmente sino espiritualmente, porque corrompen esa parte sutil de lo que somos. Afortunadamente pude discernir que en el camino de reencontrarnos con nuestra esencia, no se puede servir al mismo tiempo a dos amos, si bien ego sano y espiritualidad coexisten, es crucial entender quién es el amo y quién es el siervo y poner a cada uno en su justa dimensión. ¡Uff que alivio fue aclararlo y posicionarme frente a esa situación, es indescriptible la sensación de liberación que expe-

rimenté y pensar que muchas veces nos corrompemos en relaciones que comprometen nuestro Ser.

### 3. 2 Vulnerabilidad que fortalece

También me confrontó con mi sombra cuando me siento vulnerable por cuestionamientos de quienes padecen con mayor fuerza el condicionamiento de la visión materialista como única realidad, sobre todo porque es enorme la influencia histórica que esta concepción nos ha legado. Hoy, la misma ciencia reconocida como tal está demostrando que el universo no es una máquina de objetos separados, sino una unidad indivisible y armoniosa, una red de relaciones dinámicas, donde el observador humano y su conciencia son parte esencial. Proporcionando el sustento científico para los valores y cambios que nuestra sociedad requiere con urgencia.

Todavía hoy en el siglo XXI el pensamiento sigue moviéndose desde una racionalidad instrumental como aquella que obedece a fines técnicos cuyo objetivo es el control del mundo; podemos decir que vivimos con un estado de conciencia dominado por esa racionalidad que relega nuestro mundo de vida. Tal racionalidad ha sido privilegiada desde el siglo XVII, con la revolución industrial y con la filosofía mecanicista. En cierta forma esta racionalidad ha dominado espacios que corresponden a la subjetividad, como aquellos de la conciencia que tienen como finalidad el sentido de la vida, no el control técnico.

En el mundo de hoy existe un desequilibrio muy acentuado entre la racionalidad cuyas finalidades son técnicas, prácticas y útiles y aquella racionalidad de la conciencia que tiene como propósito dar sentido a la existencia. Por eso quienes nos hemos adherido a los nuevos sustentos filosóficos de lo que es el Universo y la vida enfrentamos el desafío de diseminar la visión de un mundo integral e interconectado, no sólo por convicción sino por todo lo que la misma visión implica al asumirla o negarla para la supervivencia del planeta.

No quiero detenerme en casos concretos de escepticismo y resistencia que de manera particular he padecido porque son muchos, aunque también hay que decirlo, no sólo sucede frente a planteamientos de un nuevo paradigma, aun cuando aquí son más acentuados, esas reacciones también son desencadenadas por la misma lógica de confrontación y "crítica" que nos rige. Por eso el campo académico es el más difícil para mantenernos firmes en la convicción de que la espiritualidad es la única que nos permitirá contribuir en la creación de un mundo con mejores seres humanos, sobre todo porque el condicionamiento hacia el desarrollo puramente cognitivo es mayor y aunque esta nueva visión también es muy antigua, recién comienza a emerger y quienes la asumimos nos toca ir abriendo camino con todas sus implicaciones. Los eventos académicos se vuelven muchas veces espacios dogmáticos y cerrados a teorías de frontera que exponen puntos de vista que alientan un desarrollo integral frente a la fragmentación y al reduccionismo.

### 3.3 Buscando el centro

Buscar el centro es buscar el equilibrio, ese equilibrio que con frecuencia perdemos frente a las eventualidades del entorno, tiene que ver con la afectación que puedan tener en nosotros. Una misma situación nos afecta de diferente manera, según la percepción que cada uno tenga respecto a esa experiencia. Lo cierto es que todos los seres humanos estamos expuestos a perder en determinadas circunstancias el centro, es decir, el equilibrio, la armonía con el universo.

A medida que nos hacemos conscientes de los momentos en que no estamos fluyendo según un orden divino, en sintonía con el Kosmos porque predomina el lado oscuro del ego, nos hacemos conscientes también de la necesidad que tenemos de reestablecer la relación con nosotros mismos y con el universo. De acuerdo con Gallegos Nava,<sup>14</sup> en su modelo multinivel-multidimensión existen cinco niveles de totalidad y cada uno de ellos tiene las siguientes dimensiones: *cognitiva, corporal, social, emocional, estética y espiritual*. Así que si buscamos un desarrollo total considerando a la espiritualidad como base de todo, necesitamos empezar por prácticas que nos posibiliten el despliegue integral, para que pueda tornarse un modo de vida.

Las maneras de volver a centrarnos son diversas, lo importante es tener plena conciencia de esta necesidad. Cómo trabajamos el desarrollo de cada dimensión es res-

---

<sup>14</sup> Gallegos Nava, Ramón. Op.cit.



ponsabilidad personal, de acuerdo con gustos y preferencias propias. Cada una tiene su lugar e importancia, sin embargo, la espiritualidad es la base del desarrollo y evolución de la conciencia.

El resto de las dimensiones pueden servirnos de instrumento para acceder a la espiritual, por eso es importante no perder de vista los propósitos trascendentes de su desarrollo, por ejemplo el conocimiento científico puede ser usado para denigrar la vida humana y entonces el desarrollo de otras dimensiones en lugar de acercarnos a la espiritualidad, nos alejan de ella.

La búsqueda del centro tiene que ver con la conciencia de que mi propio desarrollo integral impactará a la comunidad, a la sociedad, al planeta y al Kosmos, procurar mi equilibrio supone un equilibrio transpersonal, mi bienestar es el bienestar del mundo. No puedo cambiar mi entorno si no empiezo por mi cambio, desde la conexión con mi naturaleza perenne que generará cambios profundos y trascendentes.

La fragmentación comienza por uno mismo desde la percepción de separación que tenemos entre mente-cuerpo y razón-corazón, desde ahí desplazamos a la espiritualidad. El reto es volver a reintegrarnos y construirnos en unidad, por eso necesitamos desplegar las diferentes dimensiones que compartimos con los demás niveles de totalidad.

Sin embargo, es un reto enorme cuando las demandas de nuestra sociedad nos conducen a un ritmo acelera-

do y de estrés para cubrir las expectativas sociales, laborales y familiares a que nos sometemos en aras de mantenernos en los marcos de la "normalidad". No soy la excepción, me encuentro en este contexto, sin embargo, mi sueño y el sentido de desear un mundo mejor estimula mi anhelo de generar espacios que me permitan conectarme con mi naturaleza.

Con el ánimo de no perderme en el camino de la integración estoy tratando de explorar potencialidades y posibilidades que me permitan desarrollar sobre todo la dimensión estética y espiritual, que habían sido para mí inaccesibles. Un desafío que supone trascender los límites del condicionamiento reduccionista y científicista. Así he escrito:

### 3.3.1 Un poco de pensamiento poético perenne

#### Y tú sin saber

*Y tú sin saber cuántas noches de nostalgia he pasado sin ti...y tú sin saber que tus ojos, tu mirada me sirve de inspiración para seguir buscando el sentido de mi vida. Tú sin saber cariño mío que todos mis amaneceres están llenos de ti, que todos mis suspiros son por ti, buscándote, encontrándote, perdiéndote, en mis angustias, mis temores, mis anhelos, en la nada y en el todo.*

*Y tú sin saber cariño mío que me pierdo en mis desvaríos por ti, sin saber que me enterneces,*

*me embelesas de pasión furtiva en cada noche de insomnio, y vuelvo a la búsqueda de la profundidad de tu mirada, para descubrirte cual entero, cual total y perenne en mi fugaz conciencia de estar contigo.*

*Y tú sin saber cuánto te he llamado, cuánto te he buscado en mi locura de inconciencia, de ignorancia, de no saber quién soy, y tú sin saber cariño mío que con tu mirada me he embriagado en mis noches perdidas en la inmensidad de la distancia, que en mis noches de añoranza he buscado en tu mirada aquello que nunca me has dicho, aquello que deseo con la fuerza del amor para dar sentido a esta existencia mía. Y tú sin saber ojos de miel, cuanto te he buscado en la eternidad de los amores que perduran.*

*Y tú sin saber cuántas lágrimas furtivas por ti, cuántas palabras calladas, cuántas confesiones reprimidas, para no gritar a todo el mundo que te amo! Y tú sin saber cuánto me has gustado, cuánto te he esperado, cuánto te he ansiado, tú sin saber que siempre una señal en tu mirada he buscado.*

*Y tú sin saber que ya me he percatado que en esa mirada aparentemente perdida estás buscándome. No es casualidad que me estremezca cuando te miro y encuentro lo inefable en tus ojos de miel cariño mío, cuando encuentro la profundidad de tu alma esperándome, cuan-*

*do adivino la ternura infinita del universo entero en una simple mirada tuya.*

### **Bastó un segundo**

*Años de ausencia no bastaron para derrumbar la fuerza de tu calidez. Bastó un segundo para descubrirte, para mirar la pureza de tu alma; bastó una mirada para encontrarte tan presente y tan mío, bastó un beso, un abrazo para descubrir tu calidez.*

*Bastó un suspiro para preguntarme en qué momento me perdí en esta emoción que me enloquece, me atormenta y me enternece por tu sencilla calidez. Qué me hizo perder la razón para buscarte en las voces de la paz, para buscarte en algún punto del universo, para saberte en toda chispa de luz, para saberte en ello y en todo.*

*Tu calidez me ató para siempre a ti, tu calidez amigo extraño, amigo mío, me tortura, me asombra en medio del dolor ajeno. Tu calidez delata tu sensibilidad hacia un mundo caótico, de guerras, de hambres, de sufrimientos y tristezas. Por eso imposible no amarte de repente tan eterno, tan efímero y tan cercano.*

*Tu calidez, mi pérdida de la razón, tu calidez tan tierna, tan tuya, tan mía. El motivo de mis sinrazones, mis entregas, mis ausencias, mis búsquedas en las profundidades de lo peren-*

*ne, de lo eterno, de lo indecible. Tu calidez...las ansias de perderme en tus caricias, en tus promesas sin palabras, en tus abrazos de luz, de paz, de miel, de todo y de nada.*

### **Lo que siento por ti**

*Lo que siento por ti es como poseer el universo entero en un sólo suspiro, cómo bañarme a torrentes en la luz infinita, como fundirme con el todo y perderme en tu mirada. Lo que siento por ti es como poder lo imposible, es tenerte y sentirte eterno en un simple instante.*

*Lo que siento por ti dulce amor mío es perderme en tus caricias de miel, adivinarte en mi piel, es la fragancia del amor en el universo, decir todo sin decir palabras, tocarte sin tocar-te en la penumbra de la luna color plata, es tenerte sin miedos, con osadía y con valor, con infinito derroche de pasión, tenerte para siempre en la perenne esencia de lo que soy.*

*Lo que siento por ti es como la vida, como el camino de retorno a mí; es el reencuentro con la esencia mía. Lo que siento por ti es reconocermene en tu mirada, encontrarme con el alma desnuda frente al todo, frente a la nada; es danzar con el universo en romance pleno, sentir tu vibración al unísono con la mía, es encontrarte en un profundo suspiro en pleno estado de conciencia.*

*Lo que siento por ti es descubrirme en esa búsqueda, es añoranza de lo que me hacía falta en tu ausencia, es amar al mundo, reconocermene en todos y todo, es admirar la belleza en sus distintas manifestaciones; lo que siento por ti es el asombro del milagro de encontrarte aquí y ahora; oh amor mío!, lo que siento por ti es lo que aprendí a sentir por mi.*

### **Y estás, siempre estuviste**

*Me perdí en tu mirada profunda que no tengo un sólo segundo que recuerde mirarte. Me perdí en esa luz intensa de tu mirada radiante, que no quedó ni un recuerdo fugaz de mi sostenida mirada. Me perdí en tus brazos para nunca volver, para reencontrarme y reconocermene en ti. Me perdí en la gloria de tus besos, de tus caricias fugaces. Me perdí en el encuentro de cometas para nunca más encontrarse.*

*Ahora te tengo en la verdad de mi vida, ahora te tengo con la seguridad de la incertidumbre. Para siempre mi amigo, mi cómplice de besos furtivos, de caricias, de delicias, de mieles, con la esperanza de llenar juntos el breve espacio que nos toca. Aquí y ahora, para siempre, porque estás, porque estoy ahí justo donde me piensas, donde no somos dos, sino uno.*

*Estás, siempre estuviste ojos hermosos, tocando los bordes de mi ilusión de mirarte en los ojos de otros, estuviste en la esperanza de una*

*danza cósmica, en mis sueños de locura delirante. Pensarás que no te tengo, pensarás que no te tuve, pero te invento y te reinvento mío sin posesión y te tengo para siempre en cada centímetro de mi piel y más... te tengo en cada partícula de mi Ser, ahí donde siempre estás y estoy y somos todo y somos nada. Ahí tan mío, tan de nadie, tan de todas, tan del mundo.*

### **Mi cómplice y más**

*Tú, mi amigo, mi cómplice y más... llenaste de brillo mi vida cuando decidiste quedarte en mi Ser, cuando decidiste que yo decidiera la categoría humana de mis sentimientos, cuando del amor decidiste decir lo indecible. Dime dónde no estás, dónde no vives conmigo, dónde no te encuentro sembrando esperanzas para ti, para mí, para el mundo; en qué espacio no estás construyendo ilusiones, dime por qué entraste a mis sueños sin ser invitado, para instalarte en todos los rincones de mi alma.*

*Mi amado cómplice, recién siembras y ya cosechas los frutos de un amor que se prolonga más allá de lo previsto, de un amor atrevido, valiente, que desafía reglas, que crece con la esperanza para ya nunca irse cual jardinero que penetra espacios prohibidos para sembrar con caricias el jardín de mis sueños.*

*Amor que llenaste de magia mi mundo con caricias de contrabando, a ti quiero decirte lo*

*indecible de mis arrebatos, de mis presencias en tu piel cuando aparentabas no estar. Cuando estabas con apariencia distante, pero con profunda presencia en todo mi Ser. Mi amigo cometa que encendiste amores más allá del tiempo y la distancia, quiero decirte que te quedaste con la luz de tus ojos para iluminar mis esperanzas y llenar de sentido mis pasos errados.*

### **Me duele tu ausencia**

*Me duele tu ausencia cuando te sé presente, a flor de piel mis lagrimas te llaman, cuando te siento tan cerca, cuando estás en el mismo aire que respiro, en la mirada profunda del amigo constante, te extraño y te tengo, me haces falta cuando estás en los poros de mi piel y en la esencia de mi Ser. Me duele tu ausencia que no existe, tu ausencia que supongo en las profundidades del ego, tu ausencia que no veo, pero te presiento completo en mis espacios sutiles.*

*Amor que llegaste misterioso, con ojos de luz y mirada profunda, que confundiste mi razón con significativos enigmas. Hoy todavía me estoy preguntando ¿Por qué perdí la conciencia en esa luz cegadora de tus ojos radiantes, por qué me perdí en el instante preciso que mi mano tomaste y cuando un beso furtivo en mi cabeza depositaste? No comprendo todavía con mi limitado razonamiento, aunque te intuyo en mi tiempo de siempre y en la grandeza del amor.*

*Me pierdo en las explicaciones de aquello que no las tiene y me embeleso y divago en recuerdos que no son pasado, en recuerdos de momentos de ahora, en pedazos presentes, de eternidades perennes. Me duele tu ausencia porque te siento lejano, porque te siento extraño, ajeno, otro, separado; sin percatarme que eres lo que soy, lo que tengo, lo mismo, mi yo, uno. Amor eres mi esencia y presencia de Dios, eres mi vida, mi todo, lo que soy perenne. En todo estás, en todo estoy, en todo somos, en todo nos fundimos, nos confundimos en la luz que somos con todo.*

*Ya no me dueles amor porque estamos en uno, somos en uno, te amo al reconocerte en ti, en donde acaricio tu alma y acaricio al mundo, al universo todo. Te amo, porque en ti amo a la luz, en ti crezco hacia lo que soy, te amo porque en ti amo a las aves, al cielo y al sol. Ya no me dueles amor porque ya te sé uno conmigo, porque estás donde estoy. Porque te toco sin verte, te siento sin tocarte, porque eres y soy uno con Dios en el eterno presente.*

### **Llegaste para siempre**

*Llegaste inesperado cual relámpago fugaz, llegaste para quedarte cuando yo volaba para no volver a la misma piel, ni al mismo sentir, llegaste para instalarte en mi vida de primavera, cuando yo viajaba decidida para no volver a lugares comunes, ordinarios y sin sentido,*

*cuando yo huía para no volver a la inconciencia, a la razonable oscuridad, para nunca más volver a la tediosa rutina del ayer.*

*Llegaste sorpresivo, expresivo, provocativo; cuando yo viajaba hacia horizontes de conciencia plena, cuando exploraba posibilidades de eternidades prometidas, tu llegaste perturbador, tentador para dejarme el sabor de las pasiones inciertas, llegaste para siempre y te hospedaste en mi vida, te adueñaste de mi alma, de mis suspiros, de mis pensamientos, cuando yo me comprometía con los misterios de un nuevo amanecer.*

*Llegaste intrépido y atrevido con el descaro de la osadía, te posicionaste de mis sueños, mis esperanzas, mis anhelos; cuando yo te buscaba para no volver a los miedos de tormentas torrenciales; cuando yo te buscaba para no volver a los desatinos de cadenas que esclavizan, para no volver a las pálidas auroras y sin nombre, para no volver a los días sin color que languidecen con lagrimas de un amor que duele porque no estás... Llegaste para siempre cuando te buscaba incesante, desesperante y delirante, cuando yo me iba para nunca más volver al bendito desamor y al bendito desencanto que te trajo para siempre conmigo como cometa en el anochecer.*

### Algunas veces

*Algunas veces pienso que llegué tarde a tu vida, otras, tengo la sensación que llegué oportunamente, que llegué cuando debía porque así tenía que ser; si así no fuera me hubiera perdido la trascendencia de cubrir deudas; me hubiera extraviado en los desvaríos de la razón, del pedazo de camino que juntos tendríamos que recorrer en la provocada misión.*

*Algunas veces tengo la convicción que llegué en el tiempo justo para que juntos pudiéramos alas a los sueños, llegué a ti cuando debía para cumplir propósitos, para sembrar esperanzas y conspirar juntos un mundo mejor, para expandir la conciencia con la luz del amor, para reunir los fragmentos de una nueva ilusión.*

*A veces me invento contigo posibilidades distintas, de encuentros tempranos, de encuentros tardíos, de encuentros triviales o de encuentros para siempre; de encuentros pasados o de encuentros futuros; pero lo único cierto es donde eres y soy, eterna, siempre. Cuando pienso que hubiera sido perfecto de otra manera me enredo y me pierdo en los juicios de la imperfección.*

*Este mi encuentro contigo aún diáfano y fugaz es perfecto, es verdad, es mi rencuentro conmigo porque tú eres en mi y yo soy en ti, vivo en ti y tú vives en mi; así no te irás porque tú eres*

*yo soy, tú eres presencia pura aquí y allá, en la luna, en el sol, en las galaxias; tú eres aquí y tú eres allá mi Sér, en cualquier lugar que me pienses porque yo soy en tu esencia, en tus pensamientos, yo soy como tu conciencia pura en la perfección.*

*Algunas veces tú siempre estás, para quedarte perenne, para expandirte en mis alegrías, en mis horizontes, en mis melodías. Algunas veces te siento en el fluir de mi sangre, en las tiernas miradas de las aves, en el aroma de una flor que el jardinero cortó, en la eterna sonrisa de la seducción.*

*Algunas veces creo que llegué para quedarme en tu piel, en tu conciencia, en tu Ser, para quedarme como ahora, eterna, donde siempre estuve, donde fui contigo; para quedarme siendo en ti, para quedarme conmigo entera, completa; sin la tramposa separación de la ilusión.*

### Veo tus ojos

*Veo tus ojos y no hay más, sólo la infinita ternura y calma del mundo perdido en sí mismo. Tus ojos la ventana del universo, la luz sin límites que me abraza, que me envuelve en la más profunda inconciencia. Tus ojos que me aturden, que me pierden en un arrebato de locura de eternos instantes, para no saber si soy yo o soy tú.*

*Veo tus ojos de embrujo y ahí está todo el mundo conspirando para realizar un destino indivisible de unión contigo, ahí están tus ojos cómplices del universo seductor, de seguridad, de temple, de certidumbre, de Ser; tus ojos de quijote que embelesa, que impregna todo mi espacio de ti, que se apropian de mi fuerza y al mismo tiempo me hacen la más segura de las mortales.*

*Veo tus ojos y me rindo, sin más que mis ganas de ti, buscando en ellos las razones de mi extravío, de mi sinrazón para perderme en tu mirada de embriagante dulzura, para perderme y no querer volver jamás a la penumbra donde tú no estás, tus ojos que me provocan, que me incitan a vivirte para siempre en la perenne eternidad.*

*Veo tus ojos y no me dicen nada cuerdo, nada razonable, nada lógico. Tus ojos me dicen lo indecible, lo ininteligible de la categoría humana, me dicen los misterios de las estrellas, del sol, de la luna; los misterios de lo que soy, de ti, de mi, de todos; tus ojos hermosos caballero profano, me dicen lo sacro de tu mirada de luz, de tu divina presencia en todo mi Ser, en todos los rincones y en toda mi piel.*

*Veo tus ojos y en ellos descubro que el Kosmos me mira, en ellos encuentro la sonrisa diáfana y pura de lo que somos, veo tus ojos y me acarician el alma, seducen mis sueños para el*

*mundo que quiero, conquistan mi vida que ya es toda tuya en la misma presencia de uno y todo.*

Aquí sigo tratando de encontrar el centro y no desviarme del camino que me llevará a casa, procurando desplegar mi espiritualidad a través de todas mis dimensiones que me hacen completa, indivisible y una con el todo. Fortaleciendo no sólo mi percepción sino también y fundamentalmente mi experiencia directa, con caídas y levantadas, con ánimos y desánimos, con dicha y dolor, con mesura y exabruptos, con aciertos y desaciertos, con luz y oscuridad; pero al fin en el camino.







- Vaughan, Frances. 1996. *Sombras de lo sagrado*. Madrid. Edit. Gaia.
- Waldo Trine, Rodolfo. 1973. *En armonía con el infinito*. Argentina, Buenos Aires. Edit. Kier.
- Walsh, Roger y Vaughan, Frances. (compiladores). 1994. *Trascender el ego. La visión Transpersonal*. Barcelona. Edit. Kairos.
- Wilber Ken: 1984. *La Conciencia sin Fronteras*. España, Barcelona. Editorial Kairos.
- 1998. *El ojo del espíritu*. España, Barcelona. Editorial Kairos.
- 1995. *Gracia y Coraje*. España, Barcelona. Editorial Gaia Ediciones.
- 1995. *Después del Edén*. España Barcelona. Editorial Kairos.
- Zohar, Danah. 2002. *Inteligencia espiritual*. Barcelona. Edit. Random Hause Mondadori.

A pesar de vivir con el afán desmedido de enriquecimiento material, por la obtención de cualquier otro placer sensorial o por poder, control y estatus social; hoy todavía se nos oprime el corazón cuando nos enteramos que al otro lado del mundo ha ocurrido un terremoto y observamos en la televisión a los sobrevivientes llorando por sus seres perdidos; cuando nos enteramos que en algún lugar del planeta a un niño le han amputado el brazo por robarse un pedazo de pan, ¡ah cómo nos duele!; también nos entristecen las bajas humanas que han dejado las guerras. Situaciones como estas y muchas otras nos afectan, ¿por qué, si somos diferentes y no somos ellos nos duele?, porque la separación y desconexión es sólo una ilusión a la que estamos condicionados por el paradigma mecanicista; en esencia somos lo mismo, indivisibles e interconectados. La Filosofía Perenne reconoce esta naturaleza en todos los seres vivos y en todas las cosas, este mismo origen es lo que nos hace ser iguales, más allá de las diferencias superficiales todos los grupos humanos coincidimos en la existencia de una realidad superior que nos hermana.

Las diferentes crisis que vivimos en los diversos espacios de la vida nos colocan también ante la necesidad de buscar soluciones en dimensiones que nos proporcionen un sentido más profundo de existencia. Hoy nos encontramos ante la emergente necesidad de recuperar la dimensión espiritual que por siglos ha sido relegada. Por eso es que la Filosofía Perenne muy antigua en sus postulados vuelve a resurgir y adquiere importancia en las reflexiones del mundo contemporáneo.