



SOMA, SELF Y FUENTE

David Boadella*

En: Energía y Carácter 1; Org. Rubens Kignel

1. SOMA Y CORAZA

Todos conocemos la diferencia entre tranquilidad e intranquilidad.¹ Cuando estamos tranquilos, nos sentimos en casa, bien en el propio cuerpo, estamos integrados, unos y no-divididos por el conflicto interior. Intranquilos, estamos tensos, contraídos, llenos de estados emocionales no resueltos, en lucha con nosotros mismos y con los otros, infelices, neuróticos a punto de crear enfermedad física² en el cuerpo.

El cuerpo físico, además de tener información genética y aportes del medio ambiente, contiene un depósito codificado de todas las emociones, pensamientos, sentimientos y valores que incorporamos. Como es difícil separar estos campos de influencia en la vida cotidiana, se hizo corriente el uso del término “mente-cuerpo”³, que expresa la unidad pensamiento, sentimiento y acción. En alemán, la palabra *Leib* tiene este sentido, en contraste con el sentido puramente físico de la palabra *Körper*. En griego, la palabra *soma* significa algo más próximo de *forma*. La sobreposición e interconexión de los campos de formas del cuerpo constituyen nuestro soma. En el Nuevo Testamento, S. Pablo utiliza la palabra soma para incluir también el cuerpo no-físico, el cuerpo de luz o “cuerpo de resurrección”.

Así, soma, en su significado, parece próximo de alma; la palabra “alma” es la traducción del término griego *psiché*. El ser humano especula sobre la relación entre “cuerpo” y “mente” desde hace miles de años. De los diversos puntos de vista propuestos, el que capta mejor la unión entre la forma física y los campos de la consciencia que podemos reconocer como diferentes niveles de la “mente” es el de una “identidad psicosomática y antitética” (Reich). Experiencias de muerte clínica refuerzan el entendimiento de que, en ciertas circunstancias, esta unión se disuelve y que los campos de la consciencia pueden adoptar una forma distinta cuando el cuerpo muere. Podría ser más correcto pensar que el cuerpo es un destilado o una concretización del soma, de la forma.

1 No original, *ease and dis-ease*, un juego de palabras de difícil correspondencia en portugués y castellano. La contraposición tranquilo/intranquilo, define parte de los significados que estas palabras pueden tener y parece ser la más adecuada al sentido que Boadella quiere dar. (N. del T.)

2 El significado original de la palabra *disease* es enfermedad (N. del T.)

3 En la versión original, *connectedness*. (N. del T.)

“Coraza” es la palabra que Wilhelm Reich utilizó para describir el caparazón fisiológico y psíquico de defensas que formamos a partir de estados de desequilibrio, de pérdida de contacto e infelicidad básica. La coraza implica reducción de la pulsación, compresión o relajación excesivas de los tejidos, y ausencia de sincronía entre pensamiento, sentimiento y actos. Reich y otros desarrollaron muchas teorías en este sentido, como por ejemplo, el origen del proceso de acorazamiento humano, el aparente giro del hombre contra si mismo, la cultura contra la naturaleza y la creación del desierto interior en la vida emocional, que a su vez crea el desierto exterior: la pesadilla ecológica con que asustamos al planeta.

Lo importante aquí no es el origen de ese profundo proceso de “secuestro”, construcción de paredes rígidas para vedar la comunicación entre las partes del todo, sino la distinción clara entre dos esferas de experiencia: la del soma sano, anclado en el proceso natural, gracioso, en armonía consigo y con los otros, y la del cuerpo acorazado, dividido, sin un sentido de conexión más profundo, envuelto en un manto de formaciones de defensas neuróticas y paralizado o resignado en una corriente de vida bloqueada o apática.

La distinción básica fue descrita por Reich con las expresiones *primario* y *secundario*. Primario quiere decir original, no torcido, claro, funcionando bien; Secundario quiere decir reprimido, limitado, preso, confuso, perturbado y con frecuencia, destructivo. Reich añadió una tercera categoría, a la que llamó terciaria, que es el intento de enmascarar la segunda capa perturbada y patológica y presentar una apariencia falsa.

Stanley Keleman dedicó su trabajo al estudio del proceso formativo humano y describió las deformaciones (o insultos a la forma) que creamos durante un proceso de adquisición de cultura defectuosa. Habló de corporificación como la conexión a las ondas y ritmos de los movimientos fluidos internos que se mueven hacia el mar de protoplasma que constituye el alma de la célula. Reich definió la neurosis como la pérdida de la llama de vida en el protoplasma; la terapia es el camino para encender de nuevo esa llama de vida.

2. NO IMPORTA, NO SE PREOCUPE

Si la mente no puede ser reducida al cerebro, como argumentaron neurofisiólogos prominentes como Sir John Eccles, entonces vivimos en un universo unidual. Cerebro y mente pueden ser acoplados (unidad e “identidad”), o separados (dualidad y antítesis). Hay muchas evidencias que indican que si el cerebro es una parte de la naturaleza extremadamente organizada que ocupa una región discreta del espacio y del tiempo, protegido por un casco óseo craneano, la mente no tiene lugar, y opera más allá de las cuatro dimensiones universales de espacio y tiempo. Esta evidencia surge después de un siglo de investigación parapsicológica y parafísica. También está profundamente sustentada por la Física Cuántica moderna, que descubre la misma unidualidad operando en las raíces de la naturaleza, en la complementariedad de la onda y de la partícula. En el libro *The quantum self*, se desarrolla esta relación entre la dualidad de la onda y la partícula de realidad pré-atómica para establecer un modelo de relación mente-cerebro.

La Física Cuántica, al comprobar los secretos más interiores de la materia, ve con dificultad el hecho irreducible de que las propiedades de la materia están conectadas indisolublemente a las propiedades de la conciencia. Este es el llamado problema del “observador” de la interpretación del *quantum*, que sigue siendo una cuestión sin resolver incluso después de sesenta años de debates de los físicos sobre la discrepancia de su visión de la realidad. Estas

diferentes soluciones contradictorias sobre la cuestión del *quantum* están bien resumidas en el libro de Nick Herbert *Quantum reality* (Realidad cuántica).

El físico inglés David Bohm, colega de Einstein, propuso un modelo de dos órdenes distintos de la naturaleza, a los que llamó orden explicado e implicado. Propuso un espectro de densidad en que las formas materiales se desdobl原因 a partir de un orden implicado, donde se encuentra su potencialidad. Esto significa que, en su visión de la naturaleza, la materia, tal como la podemos observar y medir, es la manifestación de algo más sutil, que podemos intuir, postular o incluso crear matemáticamente, y que está más allá de la esfera de los cinco sentidos típicos o de cualquier instrumento que podamos crear para ampliarlos o refinarlos.

El maestro irlandés de meditación Moore dió muchos cursos sobre desarrollo interior en su Centro Psíquico en la Costa Oeste. Estos cursos servían para sensibilizar la atención intuitiva sobre las dimensiones sutiles del ser, que cada vez más físicos están empezando a reconocer. Roger Penrose, cosmólogo y astrofísico de reputación mundial, defendió recientemente las conclusiones del *Self Cuántico*, argumentando que la propia conciencia es un proceso cuántico.

En una conversación con el Dalai Lama, David Bohm expresó así su visión:

Cuanto más profundamente examinamos la materia más parecen ser sus propiedades sutiles... En mi opinión, las conclusiones de la física parecen ser que la naturaleza es tan sutil que casi podría ser viva o inteligente...

Bohm desarrolló aún más sus ideas expresando la unidualidad de las formas sutil y densa con el término "significancia del soma". El soma está configurado por los significados que contactamos, por la intencionalidad, valores y cualidades del ser. Nuestra experiencia de vida somática ayuda o impide, impulsa o retarda estos valores. Existe una relación e interacción entre la realidad exterior de las situaciones cotidianas de la vida en nuestro campo de acción, la jornada existencial en un cuerpo específico, en un siglo específico, en una ciudad específica, y la realidad interior del mito personal, la memoria arquetípica, la visión, el sueño y el dominio de la realidad mítica, trascendiendo el espacio y el tiempo.

Jung distingue estas dos dimensiones como la dimensión del ego y la dimensión del *self*. Hameed Ali se refiere al hombre del mundo y hombre del espíritu. Stuart White, en un libro que impresionó a Jung y que analizó en sus cartas, describe la relación entre el universo "obstruido" de la materia densa, el mundo como lo conocemos, y el universo "no-obstruido" que permanece latente más allá de todo lo que se manifiesta.

El biólogo Rupert Sheldrake recientemente conmovió y enojó a la comunidad científica con su hipótesis de que el crecimiento de la forma se gobierna no sólo por los procesos bioquímicos y físicos ya conocidos, sino también por campos mórficos indeterminados, que transportan una energía indetectable y comunican un patrón, un proyecto y una información. Si esta hipótesis mórfica es correcta, sustenta la visión de muchas religiones mundiales de que los niveles sutiles del ser organizan lo denso, simplemente como la onda contiene la potencialidad de la partícula. El psicofísico brasileño Hernani Andrade propuso, unos años antes que Sheldrake, un modelo similar al que llamó "matriz biológica organizadora", un campo sutil de información, organizando y dirigiendo la formación del cuerpo físico, que la genética no consiguió explicar adecuadamente.

Los biólogos determinaron la "causalidad ascendente", en la que lo inferior organiza lo superior a partir de una "cautela descendente", y lo superior organiza lo inferior.

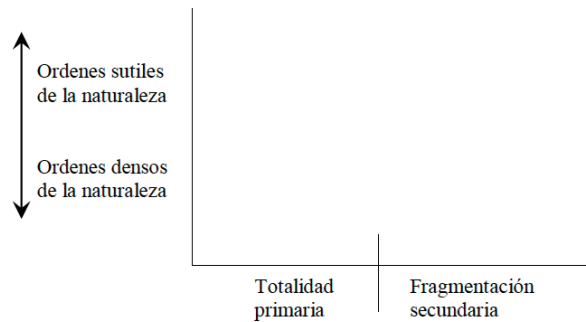
La unidualidad entre estos dos órdenes de la naturaleza, que estamos llamando sutil y

denso, aparece también en los escritos de Longchenpa, donde habla de “este lado” y el “otro lado”. Puede que estemos ante los dos lados de la “pared luxón”, en un lado el mundo subliminal estudiado por la ciencia y, en el otro, el mundo supraluminal de la sincronicidad e indeterminabilidad.

3. LA MATRIZ DE LA ESENCIA Y DE LA TOTALIDAD

En los párrafos anteriores hemos visto dos polaridades distintas, la polaridad entre las expresiones de vida primaria y secundaria, y la polaridad entre órdenes sutiles y densos de la naturaleza. Surgieron muchas confusiones por no reconocer la diferencia entre estas dos polaridades muy contrastadas. Tales confusiones son muy importantes en todas las formas de trabajo bioespiritual con personas, porque muchas interpretan la espiritualidad como una manera de salir o de ir más allá del cuerpo, y muchas religiones, de la forma que fueron interpretadas, doctrinan que el mundo es un engaño.

Podemos ayudar a desenmarañar estas confusiones creando una matriz sencilla, con dos ejes de ángulo recto. El eje vertical representa el espectro de la densidad y el eje horizontal la polaridad entre totalidad y fragmentación.



Como se puede ver, hay muchas metáforas para las secciones superior e inferior del eje vertical. Por ejemplo:

Sutil	Denso	(Física Cuántica, Bohm, Budismo)
No obstruido	Obstruido	(Stuart White, citado por Jung)
Implicado	Explicado	(Física Cuántica, Bohm)
Mórfico	Energético	(Biología Formativa de Rupert Sheldrake)
Causalidad	Causalidad	(Donald Campbell)
Descendente Suelo interior	Ascendente Suelo exterior	(Biosíntesis)
“Cielo”	“Tierra”	(Acupuntura china)
Esencia	Existencia	(Filosofía)
“Imaginario”	“Real”	(Relatividad compleja, Jean Charon) (Sufismo, Henry Corbin)
Celestial	Terrestre	(Filosofía Hindú)
“Purusha”	“Prakriti”	(Física neognóstica)
Consciencia	Espacio Tiempo	(Teorema de Bell)
No-local	Local	(Longchenpa).
Otro lado	Este lado	

La segunda polaridad puede, igualmente, representarse por una serie de pares opuestos:

Primaria y secundaria	(Reich, Longchenpa)
Esencia y ego	(Sufismo: Hameed Ali; Cristianismo neognóstico)
Interior y exterior	(Biosíntesis)
Núcleo y Carácter	(Energética Nuclear)
Soma y Coraza	
Vertical y Horizontal	(Psicología neognóstica: Gary Zukav)
Corriente de vida y bloqueo	(Wilhelm Reich)
Campiña y Palco	(Wilhelm Reich: Superposición Cósmica)
Totalidad y Fragmentación	(Holonómia: David Bohm)
Cielo en la tierra; Infierno en la tierra	(Cristianismo)
Océano/ Desierto	(Ecología planetaria, Wilhelm Reich)
Orden/ Desorden	(Teleonomía, Termodinámica)
No-Entrópico/ Entrópico	(Herbert Guenther).

4. CREACIÓN DEL ALMA Y REPRESENTACIÓN DE PAPELES

Cuando tenía 17 años, me gustaba mucho la poesía y la filosofía del poeta inglés John Keats, que tuvo en mí una fuerte influencia formativa en la fase crucial de la adolescencia, antes de que contactara con el proceso terapéutico o con el trabajo de Wilhelm Reich.

Keats describe el mundo como el “valle de la creación del alma”. Define alma como el centro de profundidad que la persona forma entre el nacimiento y la muerte.

James Hillman, al desarrollar la psicología arquetípica como un desdoblamiento de las bases creadas por Jung, también asume John Keats como uno de sus puntos de partida para el uso que hace de la palabra “alma”.

Cada vocablo que se usa para describir los campos mental, emocional y transmental del ser humano está abierto a una tremenda confusión, porque tradiciones diferentes pueden usar la misma palabra para indicar experiencias opuestas, o palabras opuestas pueden transmitir el mismo significado según escritores diferentes. Será necesario definir cuidadosamente cada vocablo, y aclarar en que sentido se está o no se está usando.

El vocablo alma (*soul*) es la traducción inglesa de la palabra griega *psyché* y de la palabra latina *anima*. Veamos algunos ejemplos de sus significados:

Alma (*soul*)

- a) psique
- b) el inconsciente (personal, pré-personal, transpersonal)
- c) el supraconsciente
- d) lamente
- e) y) el espíritu inmortal
- f) la consciencia engeneral
- g) la consciencia enparticular
- h) *Anima mundi*, el alma del mundo
- i) lo opuesto decuerpo
- j) la vida delcuerpo

- k) unfantasma
- l) profundidad, como en *soul music*, *soulmurder*.

Usaré la palabra en el sentido que le atribuyó John Keats, refiriéndose por tanto a la formación de un centro personal profundamente significativo a lo largo de nuestro camino de vida. En este sentido, el alma no puede separarse de nuestra realidad somática durante la corporificación y está cercano del significado del término “personalidad” que utilizaron, por ejemplo, los filósofos existencialistas Mounier, Tillich, Tournier y otros, así como Gabriel Marcel. El término “persona” también está sujeto a mucha confusión.

Persona viene del latín *personare*, sonar a través de. En este sentido, decimos que tenemos “alma” cuando hablamos plenamente a partir de la profundidad de nuestra experiencia, cuando la voz de sentimientos interiores viene del corazón en la comunicación con el otro, cuando estamos presentes con nuestra totalidad. Hameed Ali habla de “esencia personal” para referirse a esa corporificación de nuestro ser en el mundo. “El alma”, escribió Aristóteles, “¿es el acto primario de un cuerpo físico capaz de vida?”

Pero la misma palabra, personalidad, está asociada a la palabra griega *persona*, que significa máscara, lo que escondía el rostro del narrador que hablando a través de la misma representaba un papel en la tragedia. Jung utiliza la palabra *Persona* para denotar la máscara que esconde la verdadera persona. Gurdjieff usa la palabra “personalidad” como sinónimo para los patrones falsos de comportamiento que se desarrollan como contactos sustitutos, de modo que es casi lo mismo que “carácter” para Reich (del griego *charaktér*: colocar en un molde, estereotipar, significando el conjunto cristalizado de patrones de defensas, la corazapsíquica).

Persona y personalidad, definidas de esta forma, son dos polos en el espectro de la totalidad, ya que la persona es un centro organizador para la totalidad, el alma del sistema, la individualidad básica, que no puede ser dividida; y la personalidad se fragmenta muy fácilmente en subpersonalidades, que son papeles que podemos representar para oscurecer nuestra verdadera naturaleza.

La vida como valle de acción del alma es vida de jornada del desarrollo personal, donde potenciales y cualidades interiores se pueden poner en práctica y comprender cada vez más, a pesar de, y a veces, por causa de las fuerzas que actúan en la dirección del bloqueo, del estrés y de la fragmentación.

El otro término que crea una gran confusión en el trabajo psico-espiritual es Ego. Veamos algunos significados de la palabra ego:

“Yo.”, mi sentido de mi mismo	(Freud, en alemán)
Un aparato psíquico, parte de la mente	(Freud, conforme la traducción)
Un centro de egoísmo	(Lenguaje popular)
Algo que se debe fortalecer	(Psicología del Ego)
Algo de lo que nos tenemos que librar	(Enseñanza espiritual)
El centro organizador de la totalidad	(Blanck y Blanck)
La causa fundamental de la fragmentación	(Psicología neognóstica)
Auto-imagen, o imagen del ego	(Budismo, Psicología, Sufismo)

¿Cómo podemos encontrar un sentido para estos significados tan distintos y contradictorios?

En el análisis transaccional, una persona consiste en estados de ego. Estos estados parecen similares a las subpersonalidades, papeles que asumimos. Este es el sentido que defiende Berne para el uso del término “juegos” en relación a las diferentes interacciones defensivas entre los estados del ego de las personas. Berne también desarrolló la idea de guiones, mensajes internalizados que representamos y que están lejos de las necesidades del verdadero *self*. En el psicodrama, toda una modalidad terapéutica está basada en hacer consciente el cambio de papelesocultos.

Wilhelm Reich utilizó la metáfora de la campiña y el palco para describir la polaridad entre las pulsiones primarias y secundarias. En la campiña, la vida funciona naturalmente, todo está en equilibrio. En el palco, todo es artificial, representado un drama enmascarado de irrealidad. Podemos tener una visión del drama a partir de dos perspectivas: en una, la vida se transforma en una pieza en la que lo real está oculto detrás de lo representado. Este es el significado del “palco” de Reich. En la otra, el drama es la oportunidad de expresar cualidades esenciales de la condición humana, con lo que se puede perder el contacto con la vida diaria. Esta era la función de la tragedia griega, con sus mitos primales y el poder de inducir la liberación catártica de los sentimientos reprimidos en la audiencia, una forma primitiva de *therapeia egea*. Necesitamos ver mejor la complejidad de la ambigüedad del términoego.

5. YO, EGO Y NARCISO

Bruno Bettelheim demostró cómo la palabra “ego” fue introducida en la literatura psicodinámica como traducción de la palabra alemana *ich*, que significa Yo; en vez de una sencilla palabra usada por Freud, que todo el mundo reconoce e identifica instantáneamente, tenemos la palabra “ego”, un aparato psíquico con ciertapretensión de objetividad.

La psicología del ego se dedica a fortalecer el ego, es decir a apoyar el desarrollo de un “yo” personal basado en relaciones seguras, porque sin el contacto entre el yo y el tú, el yo no se puede desarrollar de modo maduro. Egos frágiles y fuertes corresponden a personas que desarrollaron de forma frágil o fuerte un sentido de la individualidad y unidad de organización. Esto significa que una persona con un ego bien desarrollado en sentido psicológico, tiene un fuerte sentido del yo personal, un yo empírico que conoce sus propios límites y puede operar correctamente en el mundo real y en el mundo de las relaciones.

En el artículo que escribí sobre “la muerte del ego”, indiqué la distinción que hace Krishnamurti entre lo que él llama “ego funcional”, definido anteriormente, y “ego de status”, que es actuar con una importancia exagerada de si mismo y egotismo del “yo primero” competitivo en las relaciones.

Jung usó el término ego en sentido funcional, en contraste con el *Self*, que para él es un yo en un sentido más profundo y del que hablaremos después.

En el proceso de desarrollo del sentido del yo, hay un proceso al que Freud llamó “narcisismo sano”, que es el orgullo de las realizaciones propias, de la apariencia y existencia, y que está conectado al placer de estar vivo y a todas las formas de cuidado y alimentación propias. En el cristianismo se nos pide “ama al prójimo como a ti mismo”; en el budismo la práctica de la compasión empieza por la compasión de uno mismo, sin la que no es posible la compasión por los otros.

El narcisismo secundario es un proceso neurótico de cisión de la conexión de una persona en

relación a otra, o de seres humanos en relación a su medio ambiente. Implica todas las formas de conquista del hombre sobre la naturaleza, genera muchos conflictos de la humanidad, alimenta el nacionalismo, el fanatismo, la guerra y la megalomanía.

La tradición espiritual se propone reducir el dominio del ego, esperando librarnos del egotismo, siendo la coraza caracterológica sólo una expresión de éste.

Ken Wilber defiende que hay diferentes niveles de narcisismo, en que cada fase del crecimiento tiene un desarrollo del yo sano y su correspondiente expansión de la conciencia; pero también existe un aspecto negativo, en que lo que es sano en una fase puede no serlo en la siguiente.

Algunos de los mejores ejemplos del narcisismo patológico se encuentran en los movimientos espirituales, conducidos, con frecuencia, por un líder carismático y narcisista (ver: "The fall of the light-bearer"; "La caída del portador de luz", de David Boadella en *Self y sociedad*. En estos movimientos se pueden crear jerarquías de los más evolucionados que movilizan una cantidad enorme de egotismo para la competición sobre quien trascendió más el ego. Ges Verterse hace una descripción importante sobre los peligros de este tipo de inflación del ego en su libro *Energy and consciousness* (Energía y conciencia), y Chogyam Trungpa dedicó a este tema un libro entero: *Cutting through spiritual materialism* (Penetrando el materialismoespiritual).

Si usamos el término "yo" para referir las formas sanas de autoexpresión y el término ego para hablar del narcisismo patológico de la acción que lleva a la desvalorización progresiva de los otros, podremos ver que esencia y ego forman una polaridad en la matriz expuesta anteriormente. La esencia corresponde al estado destituido de errores descrito por Longchenpa, que incluye el desarrollo sano del yo personal; y el "ego" corresponde al estado fallido en que el contacto se reduce, se limita y conduce a grados cada vez más elevados de aislamiento y alienación, o substituye ese contacto aparentando una comunicación real. Nos quedamos envueltos en el ego como si fuera una mortaja, que crea lo que Longchenpa acertadamente llama "fortaleza del ser ficticio".

6. SELF Y SOMBRA

Muchas religiones mundiales, como el hinduismo y el cristianismo, enseñan la inmortalidad del espíritu. ¿Qué significa ser inmortal? La mortalidad es la muerte del cuerpo, la caída del orden explicado de la naturaleza, el fin de la existencia empírica de un contexto específico de espacio y tiempo. Inmortalidad significa más allá de la destrucción. Lo que no se destruye cuando el nivel denso del ser se extingue es el nivel sutil del que éste es una expresión. El orden implicado continúa. Los campos mórficos no tienen que terminar con la muerte física.

Reservamos la palabra alma para la expresión y manifestación de nuestra profundidad en el contexto de una vida específica. ¿Cómo podemos llamar a esa profundidad en si, esa profundidad que es indestructible? El cristianismo usa la palabra "espíritu", que significa "respiración", el elemento de aire invisible. El hinduismo usa la palabra *atman*, que también significa respiración, y que pasó a significar *Self*. Patanjali usa el término "el vidente", aquel que está consciente no sólo del mundo, sino de los contenidos de la mente, el testigo que ve a partir de una perspectiva iluminada. En el sufismo, existe la palabra esencia para designar la realidad por detrás de la existencia, y Hameed Ali usa el término "self esencial" para designar la identidad que poseemos detrás del flujo de la manifestación.

Pero antes vamos a clarificar las dudas acerca del significado de la palabra *self*.

a) Yo, mi,yo-mismo	(El significado del sentido común)
b) El ego <i>status</i> delself	(Como en “yo soy egoísta”)
c) Self inferior	(Impulsos emocionales que son negativos para los otros) (Pierrakos)
d) Self intermediario	(Usado en Huna, la conciencia adulta)
e) Self inferior	(Usado en Huna, el cuerpo y sus energías)
f) Self superior	(Centro de la conciencia)
g) Verdadero Self	(Winnicott: que viene del corazón)
h) Falso Self	(Winnicott: personalidad defensiva)
i) Self real	(O sea = Verdadero Self o Self superior)
j) Self mayor	(Durkheim: Ser trascendente)
k) Self empírico	(El ego funcional)
l) Self esencial	(Profundidad de nuestro ser)
m) El Self	(Arquetipo transpersonal,Jung)
n) El Self	(Hinduismo: Deus, Atman = Brahman).

Escribiré con S mayúscula el término *Self* para indicar nuestra esencia fundamental, el Yo mayor que trasciende la individualidad personal. Ramana Maharshi, místico hindú, introdujo un concepto que en Occidente se conoce por la Iluminación Intensiva, una forma poderosa de experiencia grupal, en que las personas son confrontadas con las capas de respuestas que dan a la pregunta “Quién soy yo”. Si la respuesta es decir quien no se es, empezará a surgir el sentido de una identidad más profunda. En psicoanálisis esto se llama proceso de desidentificación. No tengo que ser identificado por mi nombre en el pasaporte, yo soy más que eso. Yo soy más que mi cuerpo, que es un canal de expresión de mis cualidades. Yo soy más que mis emociones, que pueden nublarne la razón. Yo soy más que mi razón, que puede oscurecer mi luz.

El budismo enseñó la doctrina *anatta*, el no *self*. ¿Pero quien es el *self* que no es, que muere, que es perecedero?, ¿y si hay un *Self* que continúa, es el “mío”?, ¿puedo reivindicar la posesión de ese *Self*, como poseo un coche, o incluso mi cuerpo, o es este “yo” que no es sólo mi “yo”, que me separa de ti, aunque también es este “yo” que existe cuando estamos en una relación tan profunda que compartimos un “yo” en común?.

Este *Self* que soy, que es mi esencia, que es la semilla, la flor y el fruto de mis cualidades, también es el *Self* que tú tienes, que es la semilla, la flor y el fruto de tus cualidades. La combinación de cualidades pueden distinguarnos, pero estas mismas cualidades nos unirán. Podemos pensar en cualidades como colores de la luz. La cualidad parte del aura o campo energético. Los videntes lo ven como una radiación con mezcla de diferentes colores alrededor de la persona. Cada combinación puede ser única, pero el espectro básico de color y todo lo que se forma es a partir de una luz.

¿Qué sentido tiene reivindicar como mías las cualidades esenciales, que son potencial de todos?

Esto es parte de un poema que escribió R. D. Laing en su colección *Knots*:

Lo que es mío no soy yo
 Lo que soy yo no es mío
 Lo que no soy yo es mío
 Lo que no es mío soy yo.

Las frases de Laing son Koanes occidentales confrontando el intelecto con la imposibilidad de entenderlos racionalmente cuando se alcanzan ciertos niveles de profundidad en el entendimiento del misterio de la realidad. La Física Cuántica crea un *Koan* similar cuando intenta entender la interacción entre observador y realidad, entre vidente y visto. El concepto Zen de no-mente (*wu shin*) no es de vacío, sino de la plenitud más rica posible de presencia. Para descubrir nuestra identidad más profunda tal vez tengamos que perder nuestras identidades rutinarias, una paradoja comparable al mensaje de Jesús a sus discípulos: para salvar tu vida, es necesario perderla.

Lo que está fuera de la luz, está en la sombra. La sombra es la parte negra que se olvida de la luz. La sombra crea la ilusión de que no hay *Self*, hay sólo ego. Nacemos de la oscuridad, morimos en la oscuridad, sólo existe el paso del vacío para el vacío. La sombra es la voz de la desesperación, la nube en el corazón, el miedo y el temor al filo de la existencia como refería Kierkegaard. Esa sombra, como reconocía Jung, no se va. No podemos ignorarla, olvidarla o negarla. La luz sin sombra es una luz artificial. Lo que crea la sombra es el bloqueo de la luz. Todo lo que puede quedar entre nuestra esencia y su expresión en la vida diaria es la sombra. Vivimos gran parte de la vida en eclipse. Pero la sombra necesita que la vean, tiene hambre de luz. Cuando se ilumina lo que hay en la sombra, ocurre una sutil alquimia, el miedo puede ser transmutado en entusiasmo, la rabia furiosa en trabajo creativo, la noche negra de la desesperación en el perfume sutil de la esperanza. Hay algo más. La sombra puede apuntar el camino: es un dedo indicando el bloqueo que necesitamos corregir, un dedo apuntando más allá del bloqueo, hacia la luz que este oscurece. Mira en la dirección de la sombra y podrás localizar la posición del Sol, mira el tamaño de la sombra y sabrás la hora del día.

Krishnamurti dijo: “para resolver un problema, deja de intentar cambiarlo: siéntate en medio de la realidad y obsérvalo. Dale luz”. Un budista tibetano, Chime Rinpoche, meditó sobre la cuestión central de los antagonismos de la vida diaria.

7. LA FUENTE Y LA CISION

Durante toda la historia de la humanidad, el hombre ha luchado para comprender su origen. Bien entrando en si, como lo hacen la religión y la meditación, bien mirando hacia afuera, como lo hace la ciencia. Estos caminos opuestos están convergiendo en este siglo. La conclusión de los maestros hindúes en el tiempo de los *Upanishads* era que Atman es Brahman, el *Self* es Dios, el Vidente es el Creador. Los *Upanishads* dicen de Brahman: “En el mundo interior, Brahman es la conciencia, en el mundo exterior, Brahman es el espacio”.

Esta es la imagen de una fuente fundamental más allá de la dualidad mente y materia, origen del cual se crearon las dos. Como la ciencia comprobó con los telescopios, con los microscopios eléctricos y en los misterios del subatómico y ultragaláctico, de los *quarks* a los *quasares*, varios científicos desarrollaron independientemente perspectivas sorprendentemente similares. Fred Hoyle, el astrónomo inglés que descubrió el proceso de formación del carbono en las estrellas, postuló un “Campo de creación” como fuente original a partir de la que

floreció el universo. En escritos posteriores, habló de un “Universo inteligente”, y atribuye claramente a ese Campo de creación una especie de conciencia cósmica. David Bohm, el célebre físico cuántico, habla de Holomovimiento, un campo de realidad que encierra la materia y la mente, lo visto y el vidente, y habla de ello como algo único del ser para todo lo que existe, un tipo de orden Superimplicado. Jean Charon, el cosmólogo francés que siguió los pasos de Einstein desarrollando las ecuaciones de una relatividad compleja que abarca el universo “real” (es decir, el denso) y el así llamado “imaginario” (significando sutil), designó la Unidualidad por detrás de ambos con el número para la unidad, uno, que sencillamente denominó Être, Ser. Los Físicos buscan el Campo Unificado de la Naturaleza, y parece claro que no lo conseguirán mientras separen la conciencia de los cálculos. El teorema de Gödel nos dice que cada sistema es incompleto, porque no puede incluirse en él mismo.

Esa fuente, aunque sea imaginada o intuida (antes de las deformaciones que traen los deterioros religiosos en el contacto con la Unidad original), nos da un sentido de lo que es Totalidad. El ápice del eje vertical en la matriz de la esencia nos da una imagen del punto de origen del eje horizontal. La Totalidad está en las raíces de la estructura subatómica de la materia. Separamos esa totalidad para nuestro mal, y creamos un Hiroshima o un Chernobyl. Esa totalidad se encuentra en un universo visible de 150 millones de años-luz de diámetro, donde, como sugieren algunos astrónomos, tiene que ser posible que por lo menos un planeta tenga vida. Dos electrones en direcciones opuestas a través del cosmos están conectados instantáneamente, indeterminadamente, por formas que no podemos entender sin mentes *sub-koan*. Esa totalidad está en el equilibrio posible entre mente y materia, cultura y naturaleza, un ser humano y otro. David Waddell demostró como la separación entre feto y útero, bebé y madre, es la separación prototípica entre judíos y árabes, occidente y oriente, norte y sur.

La tendencia humana para la separación está tan profundamente enraizada que, en el momento en que se empieza a superar la división geopolítica entre Occidente y Oriente con la disolución de la cortina de hierro, debido a la visión de totalidad y de un ideal en alguna realidad tangente, se inicia una nueva forma de separación (la ascensión del nacionalismo y los conflictos internos en un país anteriormente “unido”, o grupo de países).

Lo contrario de Fuente es Separación, la ruptura en el huevo cósmico, la ilusión de la desconexión, ya que en realidad hasta los que están desconectados hacen parte del todo.

Esta separación básica es una versión cósmica de lo que Michael Balint llama Falla básica, o lo que Longchenpa llama Fenda. Implica olvidar la Fuente, la pérdida de contacto con la Totalidad. En el budismo se describe como una pérdida del Ser; en el sufismo como una pérdida de la Esencia; en el cristianismo como la caída de la gracia. Pero el Ser no puede perderse, sólo se pierde el contacto con él. El agujero negro de desesperación puede ser un agujero blanco de emergencia en un estado de conciencia diferente, si se percibe de forma diferente, como intenté sugerir en el artículo “el útero, el túmulo y el espíritu”. La Esencia no puede perderse. Es indestructible. Edmund Husserl, hablando del Self Transcendente, expresó que éste permanecería vivo aunque se destruyese todo el universo.

La gracia es una cualidad con la que podemos perder o mantener contacto independientemente de las condiciones externas. Nelson Mandela salió, después de estar preso de forma brutal durante veintisiete años, sin amargura en el corazón. Una niña que estaba muriéndose en un campo de concentración escribió: “Cada día miro el árbol ahí fuera y siento fe en la vida”.

8. INSPIRACIÓN Y EXPIRACIÓN

El nacimiento termina con la primera inspiración, la muerte empieza con la última expiración. La vida es un equilibrio entre anabolismo y catabolismo, asimilando la alimentación y desechando el resto. Esta imagen de alimentación y excreción es verdadera no sólo en el plano físico. Necesitamos metabolizar las experiencias para digerirlas y beber el zumo, al mismo tiempo que eliminamos los residuos emocionales y psíquicos que no nos sirven más.

La terapia es, con frecuencia, un camino para renunciar a viejos patrones, soltar las tensiones, expresar sentimientos ocultos y abandonar falsas identificaciones. Se puede considerar que la cura es entrar en contacto con fuentes de alimentación física, emocional, mental y espiritual. Retirar lo viejo es de utilidad limitada, a menos que podamos abrir canales para dejar entrar aire fresco, inspiración, nueva esperanza, más luz. Traer buena alimentación puede ser un proceso difícil si el organismo está obstruido por bloqueos y es incapaz de asimilar. La terapia y la cura son el catabolismo y el anabolismo del cambio personal; se necesitan mutuamente, como la expiración y la inspiración.

Esta es la polaridad, la dualidad. Si se desarrolla sólo un polo habrá problemas. El trabajo espiritual que pretende desarrollar los centros superiores de la conciencia e ignorar o reprimir los inferiores se convierte rápidamente en una pirámide inestable que se derrumba, quedando sólo un montón de arena. El trabajo terapéutico que se concentra en romper las defensas y abrir el dolor del pasado puede acabar dejándonos como un andante herido.

Además de la dualidad está la unidad. Terapia viene de la raíz griega: “cuidar de”. Cura viene de la misma raíz, y “todo” también. Cuidar de alguien es ayudarlo a descubrir su totalidad, que es la salud. Ser total es estar cuidando de si mismo, de su vecino y del planeta.

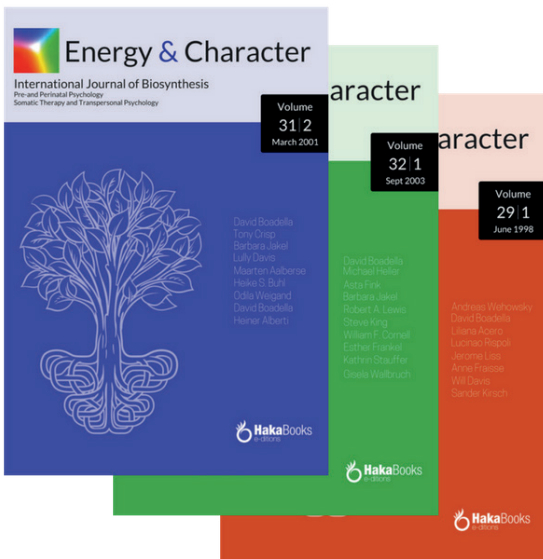
La trayectoria del desarrollo es nuestra trayectoria. Hay muchas trampas en el camino. Podemos ser seducidos por terapeutas manipuladores que nos quieren coaccionar para ir en una dirección predeterminada. Podemos ser cautivados por un sistema de meditación exótico que acaba aislándonos en una cáscara de sobrenaturalidad. El verdadero camino es el que nos ayuda a traer luz a la Tierra, a sentir la luz de la tierra, la espiritualidad del cuerpo y la corporificación del espíritu.

Entonces, nuestro camino por el valle de la creación del alma tendrá los pies en el suelo. El soma que desarrollamos a lo largo del camino se acordará de la fuente de si mismo, y las acciones en el mundo se guiarán cada vez más por el corazón.

REFERENCIAS

1. **Reich, Wilhelm**
The Murder of Christ, Rangeley 1952.
2. **Keleman, Stanley**
Embodying experience, Berkeley 1987.
3. **Eccles, Sir John & Popper, Karl**
The Self and its Brain, London 1977.
4. **Zohar, Danah**
The Quantum Self, London 1989.
5. **Herbert, Nick**
Quantum Reality, London 1985.
6. **Bohm, David**
Wholeness and the implicate order, London 1980.
7. **Penrose, Roger**
The Emperors new mind, Oxford 1989.
8. **Bohm, David**
In *Dialogues with Scientists and Sages*, ed. Renee Weber, London 1986.
9. **Almaas, A.**
The Paerl of Great Price, Berkeley 1988.
10. **White, Stuart**
The Unobstructed Universe, New York 1940.
11. **Sheldrake, Rupert**
The Presence of the Past, London 1988.
12. **Andrade, Hernani**
Teoria Corpuscular do Espirito, Sao Paulo, 1959.
13. **Longchenpa**
Kindly bent to ease us Vol. II (Edited by Herbert Guenther) Berkeley, 1976.
14. **Keats, John**
Collected Letters, London 1945.
15. **Hillman, James**
Revisioning Psychology, London 1975.
16. **Aristotle**
De Anima, London 1986.
17. **Reich, Wilhelm**
"Homo normalis & the child of the future" in *Orgonomic Functionalism* Vol. 1, No.1, Rangeley 1990.
18. **Berne, Eric**
Games people play.
19. **Reich, Wilhelm**
Cosmic Superimposition, Rangeley, 1952
20. **Bettelheim, Bruno**
Freud and man's soul, London 1982.
21. **Boadella, David**
"The death of the ego" in *Energy & Character*, Vol.11, Weymouth, 1980.
22. **Wilber, Ken**
Transformations of Consciousness. Boston 1986.
23. **Bertelsen, Jes**
Energi og Bevidsthed, Copenhagen, 1984.
24. **Trungpa, Chogyam**
Cutting through spiritual materialism, Boulder, 1973.
25. **Boadella, David**
"The fall of the light-bearer" in *Self and Society*, London.
26. **Patanjali**
Yoga Sutras (ed. Georg Feuerstein), Rochester, Vt.1979.
27. **Laing, Rd.**
Knots, London 1975.
28. **Krishnamurti, Jiddu**
First & last freedom, London 1964
29. **Kierkegaard, Soren**
Fear and Trembling
30. **Hoyle, Fred**
The Intelligent Universe, London 1983.
31. **Charon, Jean**
Complex Relativity, New York 1988.
32. **Waddell, David**
"Foundations of Psycho-social Analysis", in *Energy & Character*, Vo1.14, No.2, Vo1.16, No.2 1983, 1985.
33. **Balint, Michael**
The Basic Fault, London 1952.

Free Article



If you wish to receive more information about the reissue of the journal, we invite you to visit our website www.energyandcharacter.com, where you can get information about how and where to buy them.

🏠 www.energyandcharacter.com
✉️ journal@energyandcharacter.com
☎️ +34 680 457 788 - 620 012 111