

LOS PROCESOS SENSORIALES Y EMOCIONALES EN LAS ESPIRITUALIDADES RELIGIOSAS Y ATEAS

SENSORY AND EMOTIONAL PROCESSES IN RELIGIOUS AND ATHEISTIC SPIRITUALITIES

Ramón Rosal Cortés

Instituto Erich Fromm de Psicoterapia Integradora Humanista. Barcelona, España

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8378-2682>

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Rosal, R. (2020). Los Procesos Sensoriales y Emocionales en las Espiritualidades Religiosas y Ateas. *Revista de Psicoterapia*, 31(117), 115-162. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i117.451>

Resumen

El autor es consciente de la importancia que tienen – para la vivencia de los valores y de la espiritualidad– el pensamiento inteligente y la voluntad. Pero de lo que se ocupa este trabajo no será de estos potenciales del ser humano, sino de la sensibilidad y los sentimientos que frecuentemente se han tendido a infravalorar, aunque también se ha producido, en los últimos decenios, un redescubrimiento de su importancia por parte de la investigación psicológica tanto científica como filosófica. Se pueden resumir en tres lo objetivos principales de este trabajo: a) Facilitar una respuesta a la pregunta sobre qué se entiende por espiritualidad, tanto en el marco de una cosmovisión religiosa, como de una atea; b) Mostrar el creciente interés psicológico respecto a la espiritualidad; y c) Ofrecer testimonios de experiencias de espiritualidad en personajes ilustres –principalmente científicos– vinculados a diferentes cosmovisiones y de diferentes estilos de personalidad

Palabras clave: *procesos sensoriales, procesos emocionales, espiritualidad religiosa, espiritualidad atea.*

Abstract

The author is aware of the importance of intelligent thinking and will, for the experience of values and spirituality. But what this work is concerned with will not be about these potentials of the human being, but with the sensitivity and feelings that have frequently tended to be underestimated, although there has also been, in recent decades, a rediscovery of their importance by of both scientific and philosophical psychological research. The main objectives of this work can be summarized in three: a) To provide an answer to the question about what is understood by spirituality, both within the framework of a religious worldview, as well as an atheist one; b) Show the growing psychological interest regarding spirituality; and c) Offer testimonies of experiences of spirituality in illustrious personalities –mainly scientific– linked to different worldviews and different personality styles.

Keywords: *sensory processes, emotional processes, religious spirituality, atheistic spirituality.*



Antes de definir la espiritualidad, tanto religiosa como atea, conviene subrayar el interés hacia ella de científicos ilustres.

Ken Wilber, en su libro *Cuestiones cuánticas. Escritos místicos de los físicos más famosos del mundo*, comenzaba su introducción con estas palabras:

En los últimos diez años han aparecido literalmente docenas de libros, escritos por físicos, filósofos, psicólogos y teólogos, con el común propósito de describir o explicar la relación extraordinaria que se da entre la más ardua de las ciencias, la Física, y la Mística, la más tierna de las religiones. Según algunos, la física y la mística están llegando rápidamente a una visión del mundo notablemente cercana. Para otros, se trata de enfoques complementarios de una misma realidad. (Wilber, 1987, p.15)

Su libro viene a ser una antología de textos de físicos ilustres en los que se refieren a lo que trasciende a la realidad que puede captar la Física. Wilber comprueba la práctica coincidencia entre estos científicos de la Física moderna en el reconocimiento de los límites de esta ciencia y en su incapacidad para ofrecer un “soporte positivo de ninguna clase en favor de ninguna especie de misticismo o trascendentalismo”. Al mismo tiempo comprueba que “todos ellos fueron místicos de una u otra forma” (Wilber, 1987, p. 18).

Los físicos sobre los que se ofrecen textos en su libro son:

- a) Werner Heisenberg (1901-1976), premio Nobel de Física en 1932, inventor de la mecánica cuántica matricial, descubridor del famoso principio de indeterminación, entre otros logros científicos. También fue reconocido como filósofo.
- b) Erwin Schrödinger (1887-1961), premio Nobel de Física en 1933. De forma independiente llegó a conclusiones equivalentes a las de Heisenberg.
- c) Albert Einstein (1879-1955), premio Nobel de Física en 1921. Entre sus muchos descubrimientos científicos destacaron las teorías especial y general de la relatividad, el efecto cuántico fotoeléctrico, etc.

Con palabras de Wilber:

Siempre estuvo profunda y devotamente convencido de que, aunque la ciencia, la religión, el arte y la ética constituyen empeños necesariamente distintos, la motivación que realmente subyace en todos ellos es el asombro ante la faz del “Misterio de lo Sublime”. (Wilber, 1989, p. 152)

- d) Sir James Jeans (1887-1946), físico, matemático, astrónomo y filósofo de la ciencia. Se le concedió en 1924 el título de Sir (equivalente a un Nobel británico).
- e) Max Planck (1858-1947), premio Nobel de Física en 1918. Es considerado el padre de la moderna teoría cuántica. Einstein sintió admiración hacia él. Sobre él afirmó:

El anhelo de contemplar la armonía de la fuente de la paciencia y perseverancia inagotables con que Planck se ha dedicado a los problemas más generales de nuestra ciencia [...] la actitud mental que capacita a un hombre

para una tarea de esta clase es afín a la que posee un hombre religioso o un amante. (Wilber, 1989, p. 205)

Junto con Einstein es considerado uno de los dos más importantes científicos de la Física moderna.

- f) Wolfgang Pauli (1900-1958), considerado por el ilustre Max Born como poseedor de un genio superior al de Einstein. Premio Nobel de Física en 1945. Reconoció con insistencia que la racionalidad científica requería el complemento de la mística.
- g) Sir Arthur Eddington (1882-1944). Se le otorgó el título de sir en 1930. Logró realizar la primera prueba verificadora de la teoría de la relatividad de Einstein. Fue también defensor de la mística.

Es llamativo comprobar, a través de estos científicos, el respeto e interés con que los Físicos más importantes del siglo XX se han referido a experiencias humanas denominadas con los términos “espiritualidad”, “mística” o “religiosidad”.

El claro reconocimiento de una realidad trascendente a la que pueda ser captado por la ciencia da lugar a que estos científicos sean o bien deístas, o teístas (sin vinculación a una religión concreta), o teístas cristianos, como es el caso de Max Planck y Erwin Schrödinger.

Esta conclusión no se deduce solo a partir del testimonio de los siete físicos de la antología de Wilber. Si se consulta la obra de Antonio Fernández-Rañada, presidente de la Real Sociedad Española de Física, y catedrático de la Universidad Complutense de Madrid, autor de libros en los que se aborda esta cuestión, en especial *Los científicos y Dios* (Fernández-Rañada, 2016), son cerca de noventa los científicos ilustres que aparecen en su libros –no solo los físicos– resultando importante el porcentaje de los que manifiestan también la conciencia de los límites de la ciencia, y su reconocimiento de una realidad trascendente, y con ello, cierta experiencia de la espiritualidad.

En esta misma línea estará la obra del famoso economista, ex-marxista militante en el Partido Comunista español, Doctor en Derecho y Ciencias Económicas, Ramón Tamames, Doctor Honoris Causa en al menos cuatro universidades, reconocido con varios premios de Economía, firmante de la Constitución Española de 1978, miembro de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas. Publicó recientemente su libro *Buscando a Dios en el Universo. Una cosmovisión sobre el sentido de la vida*. En este tercer libro que cito son todavía más los representantes de la ciencia física o biológica que dan señales de su actitud respetuosa hacia lo trascendente y, por lo tanto, hacia la espiritualidad (sea en una religión teísta o al margen de ella).

Parece oportuno completar esta primera parte con una selección de párrafos de algunos de estos científicos que confirman lo que acabo de afirmar.

Reconocimiento de los límites de la ciencia por Erwin Schrödinger



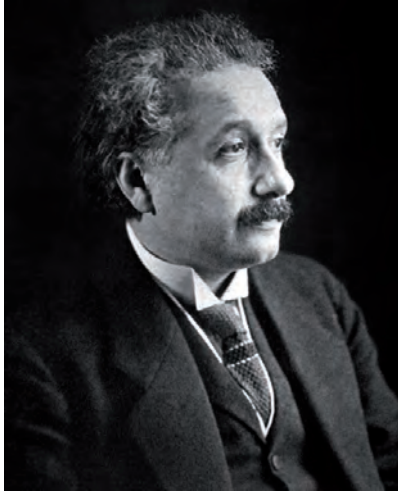
<https://www.astromia.com/biografias/schrodinger.htm>

La imagen científica del mundo que me rodea es muy deficiente. Proporciona una gran información sobre los hechos, reduce toda experiencia a un orden maravillosamente consistente, pero guarda un silencio sepulcral sobre todos y cada uno de los aspectos que tienen que ver con el corazón, sobre todo lo que realmente nos importa.

No es capaz de decirnos una palabra sobre lo que significa que algo sea rojo o azul, amargo dulce, físicamente doloroso o placentero, no sabe nada de lo bello o lo feo, de lo bueno o lo malo, de Dios o la eternidad. A veces la ciencia pretende dar una respuesta a estas cuestiones, pero sus respuestas son a menudo tan tontas que nos sentimos inclinados a no tomarlas en serio.

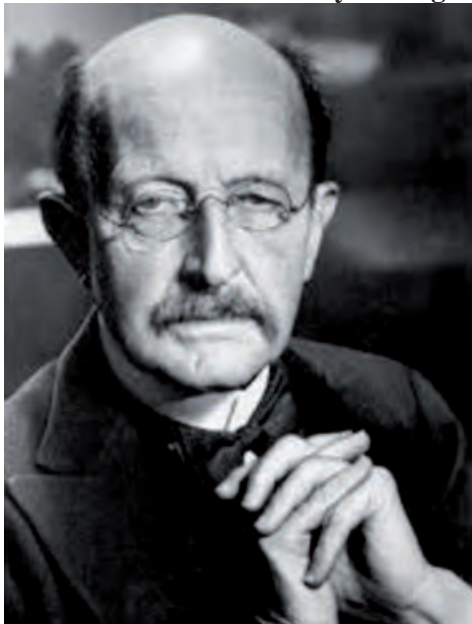
El mundo es grande, magnífico, hermoso. Mi conocimiento científico de cuanto ha sucedido en él comprende cientos de millones de años. Y sin embargo, visto desde otra perspectiva, todo eso se contiene en los setenta, ochenta o noventa años que puedo tener garantizados –una minúscula motita en medio del tiempo incommensurable– en medio incluso de los millones y miles de millones finitos de años que he aprendido a medir y a determinar. ¿De dónde vengo y a dónde voy? Esta es la gran cuestión insondable, la misma para cada uno de nosotros. La ciencia es incapaz de responderla. (Schrödinger, cit. en Wilber, 1987, pp. 128 y 131)

La experiencia de sentir el Misterio, según Einstein



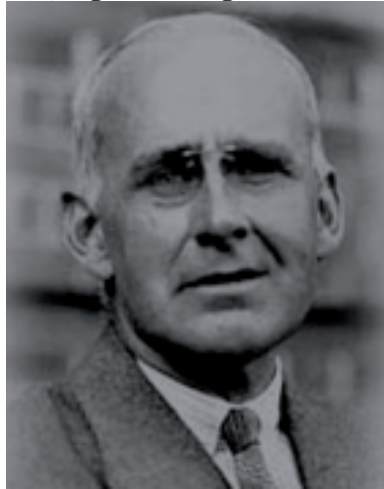
La experiencia más bella que podemos tener es sentir el misterio [...] En esa emoción fundamental se han basado el verdadero arte y la verdadera ciencia [...] Esta experiencia engendró también la religión [...] percibir que [tras lo que podemos experimentar] se oculta algo inalcanzable a nuestro espíritu, la razón más profunda y la belleza más radical, que solo nos son accesibles de modo indirecto –ese conocimiento y esa emoción es la verdadera religiosidad-. En ese sentido, y solo en ese sentido, soy un hombre religioso. (Einstein, 2000, p. 10)

Reconocimiento de la armonía entre la Ciencia y la Religión, según Max Planck



Nunca puede darse una verdadera oposición ente la ciencia y la religión. Cualquiera persona seria se da cuenta, creo yo, de la necesidad de reconocer y cultivar el aspecto religioso presente en su propia naturaleza, si quiere que todas las fuerzas del alma humana actúen conjuntamente en perfecto equilibrio y armonía. Y realmente no es accidental que los mayores pensadores de todas las épocas fueran almas profundamente religiosas, incluso si no mostraban en público sus sentimientos en este sentido. (Planck, cit. en Wilber, 1987, p. 210)

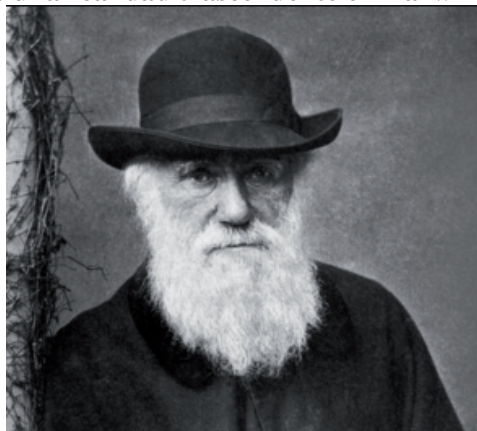
Límites de la ciencia física, según Eddington



<https://www.astromia.com/biografias/eddington.htm>

Todos sabemos que existen regiones en el espíritu humano que escapan del mundo de la física. en el sentimiento místico del mundo que nos rodea, en la nostalgia de Dios, En la expresión mística, el alma se eleva sobre sí misma hasta llenar en plenitud una aspiración que surge de su propia naturaleza. La confirmación de este proceder proviene del propio interior, de una inclinación nacida junto con la propia conciencia, o de una luz interior que procede de un poder superior al propio. Difícilmente puede la ciencia cuestionar esa confirmación interior, pues su propia búsqueda brota de una inclinación que la mente se ve compelida a seguir, de una tendencia a hacerse preguntas sobre la realidad sin poderlo remediar. Trátase de la búsqueda intelectual de la ciencia, o de la búsqueda mística del espíritu, la luz nos hace señas de seguir adelante. (Eddington, cit. en Wilber, 1987, p. 279)

Reconocimiento de una realidad trascendente en Darwin



Después de estos cuatro testimonios, a favor de la espiritualidad (o de su experiencia más profunda, como es la mística), recogidos de los textos en la antología de Wilber, tan solo se citará otro científico, fuera de la Física, al famoso naturalista, médico y biólogo, creador de la teoría evolucionista de las especies vivientes, Charles Darwin. A lo largo de su vida pasó por fases diversas en su espiritualidad, oscilando desde el teísmo cristiano, el agnosticismo, el deísmo y el ateísmo; pero su reconocimiento de una realidad trascendente que supera lo que la ciencia pueda captar se mantuvo siempre. Puede verse una de sus declaraciones en una de sus fases de espiritualidad teísta:

[La razón me indica la] extrema dificultad o, más bien, la imposibilidad de concebir este inmenso y maravilloso universo –que incluye el hombre y su capacidad de mirar muy lejos tanto hacia el pasado como hacia el futuro– como el resultado del azar ciego o de la necesidad. Cuando reflexiono sobre esto, me siento obligado a volverme hacia una Primera Causa dotada de una mente inteligente y análoga en cierta medida a la del hombre y merezco por tanto llamarme teísta. (Darwin, cit. en Tamames, 2019, p. 276)

Aunque en lo referente a señalar la contribución de los procesos sensoriales y emocionales en personajes de distintos estilos de personalidad y diferentes cosmovisiones se reserva para el final de esta exposición, puede adelantarse algo respecto a los científicos citados. Es fácil notar, tras una lectura atenta de estos párrafos, la implicación de sentimientos o emociones en todos ellos, ante todo el *sentimiento de admiración y respeto hacia lo que trasciende lo que puede captar la ciencia*, y la intuición y reconocimiento de la existencia de una Realidad inefable.

Asimismo, de los diversos procesos sensoriales, queda patente la *contribución de la mirada en la percepción sensorial durante la contemplación del Universo*. Todos estos físicos emplearon muchas horas, a lo largo de su vida, en una actitud de contemplación sensorial receptiva, acompañada de preguntas que les conducían a la intuición del Misterio inefable implicado en la inmensidad de lo que podían

percibir. Su profunda *receptividad sensorial era la base de una experiencia de meditación en la línea de una espiritualidad horizontal o vertical*, según los casos.

Qué se Entiende por Espiritualidad

Esencia y Áreas de la Vivencia de la Espiritualidad

Tengamos presentes que tanto filósofos como psicólogos transpersonales que han abordado la experiencia humana de la espiritualidad – no solo religiosa sino también la atea– parten de una antropología que diferencia tres niveles en la experiencia de la vida humana

- La experiencia corporal
- La experiencia psíquica o anímica
- Y la experiencia espiritual

La tercera constituye un potencial que capacita al ser humano para abrirse al entorno cósmico y/o divino que le trasciende y le envuelve en lo más profundo de su ser

Estas tres dimensiones de la experiencia humana implican tres tipos de conocimiento, a los cuales se ha referido Ken Wilber, el más prestigioso representante de la Psicología Transpersonal. Los denomina los “tres ojos del conocimiento” (ver tabla 1), expresión que recoge del filósofo medieval Buenaventura, religioso franciscano.

Tabla 1. *Esquema de los Tres Ojos del Conocimiento, según Wilber (1991)*

ESPÍRITU	3. conocimiento directo del espíritu como espíritu. Aludido a través de Textos revelados
	la mente intentando reflexionar sobre el espíritu. transpersonales o contemplativas Psicología Transpersonal, Teología, Psicología Espiritual...
MENTE	2. la mente reflexionando sobre lo racionalmente comprensible. Matemáticas, Sociología, Psicología convencional, Antropología, Historia...
	la mente reflexionando sobre lo sensible. Física, Química, Medicina, Geología...
CUERPO	1. cognición sensoriomotora

Ciencias como la Física, la Química, la Medicina, la Biología, la Geología, etc. implican *la mente reflexionando sobre lo sensible*

Ciencias como las Matemáticas, la Sociología, la Psicología convencional, la Historia, implican *la mente reflexionando sobre lo racionalmente comprensible*.

Ciencias como la Psicología Transpersonal, la Teología, etc. implican *la mente reflexionando sobre el Espíritu, sobre las experiencias transpersonales o de espiritualidad*.

Una vez considerados estos tres niveles de experiencia humana, y los cinco testimonios de espiritualidad citados, es el momento de responder a la pregunta:

¿Qué se puede entender por espiritualidad?

Veamos cómo responde a esta pregunta Raimon Panikkar, Doctor en Química, en Filosofía, y en Teología, hijo de indio teísta hindú y de catalana cristiana, de prestigio internacional, autor cuyas obras han sido recopiladas en 18 volúmenes, redactados y traducidos en distintos idiomas, y sobre el que se han hecho numerosas tesis doctorales en varios países.

Por espiritualidad podría entenderse aquella expresión de la vida humana que, superando la antropología dualista (cuerpo/alma), se deja también impregnar, o mejor dicho vivificar, por el Espíritu como símbolo de una tercera dimensión en la que el ser humano es consciente de vivir. (Panikkar, 2005, p. 50)

Por su parte, el autor de este artículo ofrece la definición siguiente:

Entiendo por espiritualidad toda vivencia auténtica y profunda de la apertura a la dimensión transpersonal o trascendente de la existencia humana. Una vivencia auténtica y profunda de la experiencia de sentirse un ser contingente y finito ante el misterio de una Realidad absoluta e infinita, llámese Realidad divina, Dios/a, Yahwé, Alá, Brahman, Universo, etcétera.

Ahora bien, tengamos presente que se han diferenciado dos dimensiones de la espiritualidad denominadas, respectivamente, la horizontal y la vertical

- *horizontal*: Nace de la motivación hacia la comunión con los demás, es decir, la unión de diferentes individualidades en algo más grande que ellas, construyendo un sistema más complejo, que representa un salto cualitativo respecto a los subsistemas que la integran.
- *vertical*: Nace de la motivación hacia la comunión con el Misterio del Absoluto Trascendente, en una experiencia humana –ampliamente testimoniada en la Historia– que necesita no tanto apropiárselo, sino ser y saberse apropiado por Ello (sea cual sea la descripción que se dé del Misterio de lo Absoluto).

Se diferencian entre sí, básicamente, a partir de las diferentes motivaciones que las animan. En el caso de la espiritualidad horizontal la motivación que la anima es el anhelo de comunicación con los seres integrantes del universo, conduciendo a algo más grande o Realidad Cósmica. Mientras que la espiritualidad vertical está motivada por la comunión con el Misterio de lo Absoluto trascendente al cosmos, que el filósofo protestante Rudolf Otto denominaba “lo Santo”.

El filósofo Martín Velasco, en el concepto de “misterio” incluye dos características importantes:

Dos rasgos característicos a la realidad designada con este nombre: su superioridad absoluta, su completa trascendencia y su condición de realidad que afecta íntima, total y definitivamente al sujeto. (Martín Velasco, 1993b, p. 1158).

La experiencia de la espiritualidad hasta hace poco tiempo parecía algo que solo formaba parte de las cosmovisiones religiosas –cuando en estas se destacaba

lo vivencial-, pero desde el siglo XX diferentes autores han dejado claro que la espiritualidad es una experiencia que también aparece en personas vinculadas a cosmovisiones ateas.

Entre los que han mostrado y acreditado este pluralismo de espiritualidades (o, como algunos prefieren decir, “religiosidades”) se encuentran el filósofo y psicólogo protestante William James, por ejemplo en su libro *Las variedades de la experiencia religiosa*; y el filósofo ateo André Comte-Sponville, en su libro *El alma del ateísmo. Introducción a una espiritualidad sin Dios*, publicado recientemente.

Teniendo en cuenta esta realidad, el filósofo español Martín Velasco ofrece la siguiente definición de religión, que viene a coincidir con las aportaciones de prestigiosos antropólogos culturales:

Sistema de expresiones organizadas, creencias, prácticas, símbolos, lugares, espacios, objetos, sujetos, etc. en las que se expresa una experiencia humana peculiar de reconocimiento, adoración, entrega, referida a una realidad trascendente al mismo tiempo que inmanente al ser humano y a su mundo, y que interviene en él para darle sentido y salvarle. (Martín Velasco, 1993a, p. 1239)

En esta definición fenomenológica hay que fijarse principalmente en la parte segunda, donde dice: *una experiencia humana peculiar de reconocimiento, adoración, entrega, referida a una realidad trascendente al mismo tiempo que inmanente al ser humano y a su mundo, y que interviene en él, para darle sentido y salvarle.*

Según esta concepción filosófica de la religión, no se implica necesariamente el reconocimiento de una realidad divina o “Dios”, según el lenguaje religioso popular. Este mismo autor diferencia tres formas de entender esta Realidad Suprema o Misterio

- a) Como poder o conjunto de poderes sobrenaturales
- b) Como realidad personal o conjunto de realidades personales
- c) Como estado al cual aspira el ser humano

En la forma c) podemos incluir, cuando sean experiencias vividas como “realidad suprema que da sentido a la vida”, según como la hayan vivido sus seguidores, por ejemplo: el Marxismo, el Psicoanálisis y la Psicología Humanista.

Recuerda el autor de este escrito una conferencia de Panikkar, hace unos treinta años, en el Ateneo, cuando se detuvo unos días en Barcelona en su traslado anual en verano desde California hasta la India. Una conferencia que se titulaba “El marxismo como religión”.

La religión entendida como “estado al cual aspira el ser humano”, incluye también lo que se implicaba en la primera parte de la definición de Martín Velasco: creencias, prácticas, símbolos, lugares, sujetos.

Por ejemplo: la visita periódica de rusos marxistas a la tumba de Lenin, tal como la viven algunos, puede considerarse una experiencia transpersonal horizontal equivalente a la experiencia religiosa de un sacramento. Se entiende por sacramento, o con otras palabras en las diversas religiones, la celebración simbólica de

experiencias culminantes de la vida, en la que se hace realidad lo que se simboliza.

Pero una espiritualidad auténtica no se reduce a la vivencia de unas prácticas concretas como, por ejemplo, la meditación zen, la meditación yoga, etc. Una espiritualidad auténtica debe influir en todas las áreas de la vida de las personas. Por razones didácticas, personalmente propongo una diferenciación de cuatro áreas de la vida:

- Espiritualidad en la meditación
- Espiritualidad en las celebraciones rituales de experiencias culminantes
- Espiritualidad en las experiencias comunitarias (familiar, ciudadana etc.)
- Espiritualidad en el trabajo
 - trabajo profesional
 - trabajo social y ciudadano
 - trabajo afectivo y familiar

La *experiencia de la meditación* se ha revalorizado en Occidente, desde el siglo XX, por influencia de formas hindúes –meditación yoga– y budistas –meditación zen– procedentes de Asia meridional (India y Japón, principalmente). En el Occidente cristiano había sido importante en siglos anteriores, pero había decaído y se tendía a reducir a la *meditación discursiva o reflexiva*, pero escaseaba la *meditación contemplativa*.

Desde hace unas décadas, y a raíz de las aportaciones orientales en el tema, el concepto de meditación se ha ampliado, e incluso tiende a aplicarse este nombre solamente a los tipos de meditación que excluyen la reflexión intelectual y que podemos situar dentro de las ciencias noumenológicas (utilizando la terminología de Wilber).

Este tipo de meditación ha alcanzado una popularidad entre nosotros que la ha llevado, irremediamente, a tener que sufrir los peligros propios de todo conocimiento o metodología que es objeto de una gran difusión. Entre otros, su banalización y su deformación. [...]

El equilibrio consistirá en un acercamiento a la espiritualidad, sin abogar por una meditación dissociada de los problemas prácticos del individuo, que quede referida tan sólo a las altas esferas o estratosferas de la vida, sino que vaya un poco más allá de ellas y las sitúe, relativice y dé sentido. (Gimeno-Bayón, 2019b, pp.137-139)

En las espiritualidades teístas acostumbra a ir acompañada de la experiencia de oración –o diálogo con el Tú divino– que no debe reducirse a las meras peticiones propias de una espiritualidad primitiva. Las experiencias que he citado al principio, pueden implicar meditación contemplativa en el caso de la de Einstein y la de Schrödinger.

La *celebración de experiencias culminantes de la vida*, si son vividas con profundidad, con implicación de los potenciales psicológicos, pueden ser, por ejemplo:

- Las del nacimiento
- La despedida de la infancia (rito de paso)

- La obtención de la titulación académica
- La inauguración de la actividad profesional
- El compromiso matrimonial
- La reconciliación entre personas o entre países
- El aniversario del nacimiento
- El logro de un cambio importante en psicoterapia
- Un descubrimiento científico
- El aniversario de fechas importantes en la historia del país o de la cosmovisión
- La muerte

Cualquiera de estas experiencias puede celebrarse con un ritual que ayude a vivirla con más plenitud y con conciencia de su repercusión positiva en el entorno social. Pero también puede vivirse de forma muy convencional y rutinaria, con poca implicación de la sensibilidad, los sentimientos, la inteligencia, etc. En el primer caso se da una experiencia auténtica de espiritualidad. En el segundo, no se da.

Respecto a la espiritualidad en las *experiencias comunitarias*, la mayor parte de las celebraciones citadas en el apartado anterior son experiencias comunitarias (cumpleaños, celebración del compromiso matrimonial, etc.) pero además está la experiencia espiritual en la vida comunitaria ordinaria.

Respecto a la *espiritualidad en el trabajo*, ha tenido más relieve, en este caso, en las religiones llamadas “proféticas” de Occidente y en el ateísmo marxista, que Panikkar lo consideraba una ideología postcristiana. En cambio, en las denominadas religiones “místicas” de Oriente, el trabajo ha tenido poco relieve en la espiritualidad. Las reflexiones citadas de Max Planck, Eddington y Darwin, son testimonio de su espiritualidad en la vivencia del trabajo científico. Probablemente implican también la previa experiencia espiritual de meditación contemplativa.

Creciente Interés Psicológico por la Espiritualidad desde Finales del Siglo XX

Recientemente, en distintos lugares de España, principalmente en la Rioja, Aragón, Valencia, Andalucía y Euskadi, vienen produciéndose en los últimos años encuentros de espiritualidad con numerosos participantes. En Logroño tuvo lugar recientemente el octavo *Foro de Espiritualidad*, con 1.200 participantes (plazas limitadas). En los últimos años, a las pocas horas de abrirse la inscripción se agotaron las plazas. En Zaragoza se han ofrecido unos encuentros semejantes con alrededor de 600 participantes, y en otras cuatro o cinco ciudades españolas. Este año, Ana Gimeno-Bayón fue invitada a ser una de los cinco conferenciantes en el foro de Logroño. Se pudo intuir que entre estas 1.200 personas interesadas por la espiritualidad había personas ateas o agnósticas y personas vinculadas a religiones orientales y al cristianismo. Es muy probable que también asistieran personas vinculadas al judaísmo y al islam, aunque el autor de este trabajo no tuvo ocasión de comprobarlo.

a) Psicología Transpersonal

En otros países occidentales, este interés por la espiritualidad se ha manifestado antes que en el nuestro. Del mismo modo que se ha producido más la *difusión de la Psicología Transpersonal*, que el autor considera equivalente a la Psicología de la Espiritualidad.

La existencia de lo que hoy se conoce por Psicología Transpersonal no podemos reducirla a los años más recientes, pues –como luego se comprenderá– ha existido a lo largo de toda la historia, en paralelo y como expresión de las experiencias transcendentales de algunos místicos y maestros espirituales. Pero, en cuanto disciplina específica que pretende un espacio y acotar unos límites dentro del estudio de la Psicología, su nacimiento es relativamente reciente.

La mayoría de los tratadistas no dudan en colocar su nacimiento en la obra de Maslow, que acuñó el sentido preciso del término “transpersonal”, empleado previamente por Jung y Mounier. Esta paternidad tiene un doble motivo: a) Por un lado obedece al reconocimiento por parte de aquél autor de motivaciones que van más allá de las de autorrealización y que constituyen un nivel superior de su famosa “pirámide de necesidades”. Se trata de las motivaciones hacia trascenderse a sí mismo. Una trascendencia en base a la aspiración a valores que él denominó “transpersonales”:

También debo confesar que considero a la Psicología Humanista, esta Tercera Fuerza psicológica, como algo transitorio; como un allanamiento del camino hacia una Cuarta Psicología aún “más elevada”, una psicología transpersonal, transhumana, centrada en el cosmos más que en las necesidades e intereses humanos, yendo más allá de lo humano, de la identidad, de la autorrealización y cosas semejantes (Maslow, 1973, p. 12). b) Por otro lado obedece al hecho de ser este autor el que aglutinó, en primavera de 1969– ocho años después de la publicación del primer número del *Journal of Humanistic Psychology*– a una serie de psicólogos, parte de los cuales habían participado en él como Rogers, Frankl, Sutich, Grof, y Bühler–entre otros– en la Asociación de Psicología Transpersonal. En esa fecha surgía el primer número de la revista *Journal of Transpersonal Psychology*. Por aquél entonces, a la Psicología Transpersonal se le estaba empezando a denominar “Cuarta Fuerza” dentro de la Psicología (Gimeno-Bayón, 2015, pp. 9s.).

Ya Maslow consideró que entre lo que denominó las “experiencias cumbre” había que incluir las experiencias místicas de espiritualidad profunda. Jung también prestó especial atención a ellas. Y Roberto Assagioli, creador de la Psicosisntesis, uno de los modelos más importantes en el Movimiento de la Psicología Humanista –del cual en la Psicoterapia Integradora Humanista recogemos muchas de sus aportaciones técnicas con imágenes y fantasía – propuso diferenciar dos etapas sucesivas para la experiencia terapéutica, a las que denominó Psicosisntesis personal

y Psicósíntesis transpersonal.

El autor de este escrito sospecha que una de las causas de que en nuestro país la difusión de la Psicología Transpersonal haya sido menor puede haber sido el fenómeno de cierta alergia hacia todo lo que pueda tener alguna relación con el hecho religioso, por parte de sectores de la población indigestados del anterior nacionalcatolicismo. Al mismo tiempo, puede también deberse al hecho de desconocer que la experiencia de la espiritualidad –o las experiencias transpersonales– pueden vivirse también al margen de las religiones. También por desconocer el tercer tipo de la Realidad Suprema al que se puede referir una experiencia religiosa: “un estado al cual aspira el ser humano”. No toca detenerse aquí más en la Psicología Transpersonal. El que quiera ampliar dispone de tres libros publicados por Gimeno-Bayón (2015, 2019a, 2019b).

b) Inteligencia Espiritual

Otro fenómeno relacionado con este nuevo interés hacia lo espiritual es el surgimiento de la denominada *inteligencia espiritual*, desde finales del siglo XX. Ya unos años antes, Howard Gardner, profesor de la Universidad de Harvard, presentó su teoría de las inteligencias múltiples. Venía a demostrar que reducir la inteligencia a la que puede medirse con el denominado “coeficiente intelectual” implicaba una grave simplificación. Hasta la fecha, la lista de las inteligencias múltiples ya alcanza a doce tipos. El coeficiente intelectual solo podía captar a dos de ellas: la lingüístico-verbal y la lógico-matemática.

Posteriormente se presentó –difundida por Daniel Goleman– la teoría de la inteligencia emocional, que venía a incluir dos de la lista de Gardner: la interpersonal y la intrapersonal. Finalmente, la profesora Dana Zohar, de la Universidad de Oxford y el psiquiatra Ian Marshall, de la Universidad de Londres, presentaron su teoría de la inteligencia espiritual que, según sus palabras “activa las ondas cerebrales, permitiendo que cada zona especializada del cerebro converja en un todo funcional”.

El filósofo catalán Francesc Torralba, ha publicado una obra sobre la inteligencia espiritual que tengo aquí presente. A modo de definición pueden valerlos los siguientes párrafos de este autor

La inteligencia espiritual impulsa a plantearnos interrogantes existenciales y a vivir experiencias que trascienden los límites habituales de los sentidos, que conectan con el fondo último de la realidad y que nos acercan al verdadero potencial de cada uno

...lejos de apartarle de la realidad, del mundo, de la corporeidad y de la naturaleza, le permiten vivirla con más intensidad, con más penetración, ahondando en los últimos niveles. (Torralba, 2010, p. 57 y 53)

Es importante tener presente el párrafo segundo, para evitar el peligro de una espiritualidad patológica por trastorno evitativo de personalidad. Este escrito se limitará a mostrar algunos de los diecisiete *poderes de la inteligencia emocional*,

según Torralba:

- 1. La búsqueda de sentido
- 2. El preguntar último
- 3. La capacidad de distanciamiento
- 4. La autotrascendencia
- 5. El asombro
- 8. El gozo estético
- 9. El sentido del Misterio
- 11. El sentido de pertenencia al Todo

A continuación, se ofrecen unas brevísimas aclaraciones sobre algunos términos:

Respecto a la Búsqueda de Sentido. El hecho de plantearse preguntas sobre el sentido de la vida puede ya indicar un poder de la inteligencia espiritual. Como ejemplos posibles de tales preguntas, Torralba indica: “¿Vale la pena vivir?”, “¿Tiene sentido la vida?”, “¿Qué cabe esperar?” (Torralba, 2010, p. 80).

Respecto al Preguntar Último. Con preguntas muy semejantes a las anteriores, centradas en “cuestiones fundamentales de la existencia”, la inteligencia espiritual capacita para plantearse, por ejemplo: “Para qué estoy en el mundo?”, “¿Qué puedo esperar después de mi muerte?”, “¿Para qué sufrir?”, “¿Para qué luchar?”. Las preguntas sobre el “para qué”, más allá del “cómo” y del “por qué”, son las que satisfacen a la inteligencia espiritual (Torralba, 2010, p. 85).

Respecto a la capacidad de distanciamiento. La inteligencia espiritual capacita para “tomar distancia de la realidad circundante, pero también de nosotros mismos”. Para poder ser conscientes del carácter singular de nuestra existencia personal:

El desapego [...] significa un modo de acercamiento más profundo, más libre que el habitual, una aproximación liberadora de intereses y de vinculaciones que coartan la libertad. (Torralba, 2010, p. 98)

Respecto a la Autotrascendencia

Todo ser humano aspira a superar un límite, a cruzar un umbral, a introducirse en un terreno desconocido [...]

Esta capacidad está particularmente presente en el explorador que indaga terrenos desconocidos, en el científico que no se contenta con lo que sabe y elabora nuevas hipótesis de trabajo, en el artista que no se conforma con lo que ha creado y busca nuevas experiencias de la belleza. (Torralba, 2010, p. 101)

Basten estas breves y esquemáticas aclaraciones sobre los cuatro primeros poderes de los diecisiete que Torralba destaca respecto a la inteligencia espiritual.

Y algunas experiencias que facilitan el *cultivo de la inteligencia espiritual* (ver Torralba, 2010).

1. La práctica asidua de la soledad
2. El gusto por el silencio
3. La contemplación
4. El ejercicio del filosofar

10. El deleite musical
11. La práctica de la meditación

Respecto a las Formas de Cultivo de la Inteligencia Espiritual, no es aquí el lugar de extenderse. Pero ya basta con la simple lectura atenta de la relación ofrecida puede facilitar la intuición sobre sus consecuencias para esta forma de inteligencia.

Sensibilidad y Sentimientos en la Espiritualidad de Diferentes Estilos de Personalidad

Se ha presentado ya la propuesta sobre la conveniencia de que los diversos potenciales psicológicos se impliquen en la experiencia espiritual (Rosal, 2019). De esta forma se consigue una vivencia humanizadora de la misma, con la condición de que estos potenciales psicológicos funcionen de forma sana. De esta forma clasifico siete cualidades de una espiritualidad humanizada.

- Espiritualidad sensitiva: los sentidos y el cuerpo
- Espiritualidad inteligente: el pensamiento
- Espiritualidad afectiva: los sentimientos y las emociones
- Espiritualidad valorativa: la captación de los valores
- Espiritualidad comprometida y solidaria: las decisiones y actuaciones
- Espiritualidad profunda: el encuentro profundo
- Espiritualidad sosegada: el ocio humanizador

Centrándonos en las fases sensoriales y emocional que son las que se abordan en este escrito, las actitudes o valores éticos implicados son, por lo tanto, los siguientes, si se tiene presente la aportación de Gimeno-Bayón (2015) sobre el ciclo de la experiencia en Psicología Transpersonal:

- Fluir vital horizontal
 - Receptividad sensorial CORDIALIDAD
 - Filtración de sensaciones APERTURA A LA EXPERIENCIA
 - Identificación afectiva AMOR
- Fluir vertical
 - Receptividad sensorial ACTITUD CONTEMPLATIVA
 - Filtración de sensaciones RECOGIMIENTO
 - Identificación afectiva ADORACIÓN

Veamos (figura, 1), en forma esquemática, teniendo presente los ocho principales tipos sanos de personalidad, según Millon (1998), el ejemplo de personas que pueden considerarse modelos de vivencia sana de su estilo de personalidad; y que nos ofrezca un testimonio en el que esté presente la implicación en su espiritualidad de lo sensorial y lo emocional.

Figura 1. Probable estilo de personalidad en terminología de Millon (1998)

<i>ENÉRGICA</i>	<i>SOCIABLE</i>	<i>SENSITIVA</i>	<i>INHIBIDA</i>
M. Luther King	R. Tagore	M. Yunus	Juan de la Cruz
R. Bucke	Y. Jalil Yibrán		
<i>SEGURA</i>	<i>COOPERADORA</i>	<i>RESPECTUOSA</i>	<i>INTROVERTIDA</i>
E. Stein	Amma	A. Comte-Sponville	A. Einstein

Se van a recoger a continuación algún ejemplo de declaración o actuación de estas personas de diferentes estilos psicológicos de personalidad que impliquen una experiencia de espiritualidad y en dos o tres casos, de experiencia propiamente mística. Aunque actualmente es frecuente entenderla en sentido lato, refiriéndose a cualquier tipo de experiencia espiritual, lo que entiendo por “experiencia mística” queda claro en este párrafo de Martín Velasco:

Con el término “mística” designo una experiencia interior inmediata, simple, pasiva, frutiva –que tiene lugar en un nivel de conciencia diferente del que rige en la experiencia ordinaria de los objetos y sujetos del mundo– de la unión del centro de sí mismo con el absoluto, lo divino, Dios, el Espíritu. (Martín Velasco, 1993c, p. 487)

En la parte final deja claro que se refiere tanto a una espiritualidad religiosa, como a una espiritualidad atea. A la primera se refiere la unión con lo divino, y a la segunda con la unión con el Absoluto.

De las experiencias de espiritualidad que se recogen como ejemplos, las tres que reúnen el carácter de místicas son de dos ateos, Richard Bucke y André Comte-Sponville y una, del hindú Rabindranat Tagore. Además, la poesía de San Juan de la Cruz es una forma literaria de referirse a unas experiencias místicas, en este caso de carácter religioso cristiano.

En este escrito, se hará referencia a dos personas de **estilo probablemente enérgico**, el cristiano baptista Martin Luther King y el psiquiatra ateo Richard Bucke.

De personalidad de **estilo seguro**, a la filósofa Edith Stein, que experimentó una transición desde el ateísmo al cristianismo católico.

De personalidad de **estilo sociable**, se han seleccionado dos: el hindú teísta Rabindranat Tagore y a Jalil Yibrán, por considerarlo representante de una espiritualidad integradora humanista, ya que combinó en su vida la fe cristiana Maronita (del Líbano), la espiritualidad Sufí en el Islam, el Judaísmo, la Teosofía, y la religiosidad Bahai que aspiraba a la unión de las religiones.

De personalidad de **estilo cooperadora**, se ha seleccionado a la gurú hindú teísta popularmente llamada Amma.

De personalidad de **estilo sensitivo**, se ha seleccionado al personaje de espiritualidad indefinida, probablemente agnóstico, o quizá cristiano, de origen musulmán, Muhammad Yunus, el creador de la Banca Ética de los pobres. En una entrevista en que le preguntaron sobre ello afirmó que su religión era la Solidaridad.

De personalidad de **estilo respetuoso**, al filósofo francés ateo, Adré Comte-

Sponville.

De personalidad de **estilo cauteloso**, al reconocido internacionalmente como principal místico cristiano español y prestigioso poeta, San Juan de la Cruz.

De personalidad de **estilo introvertido**, al más famoso físico del siglo XX, Albert Einstein, cuya “religiosidad cósmica” le hizo oscilar entre el agnosticismo y el deísmo.

En los ejemplos de actuación o declaración que se presentan, como experiencia de espiritualidad, se señalará cómo se constata la implicación de *procesos sensoriales*. Sobre la implicación de los emocionales es patente en todos estos ejemplos, por la presencia en ellos de *sentimientos de admiración, o de emoción ante lo sublime, o de embelesamiento, alegría, esperanza*, etc.

Martin Luther King



Este famoso líder afroamericano nació en 1929 en Atlanta, Georgia, Estados Unidos, y murió asesinado en 1968, a los 39 años. Fue pastor de la Iglesia cristiana Bautista Progresista y activista. El más prestigioso líder de los movimientos por los derechos civiles y la no violencia en Estados Unidos y el Movimiento por la paz. Miembro de la Academia Estadounidense de las Artes y las Ciencias. Entre sus actuaciones más famosas se encuentran el *boicot de autobuses* en Montgomery, para lograr que los negros pudiesen compartirlos con los blancos, y el liderazgo de la famosa *Marcha sobre Washington por el Trabajo y la Libertad*, en agosto de 1963, al final de la cual pronunció su famoso discurso “*I have a dream*” (“Yo tengo un sueño”). Cuando en 1961 se promulgó la Ley de los derechos civiles, y en 1965 la Ley del derecho al voto, en ellas quedaron incluidos la mayoría de los derechos que Luther King había reclamado durante años, y por lo que había tenido que estar encarcelado en varias ocasiones.

Contó siempre con el apoyo generoso de su mujer Coretta Scott, con la que se había casado en 1953 y con la que tuvo cuatro hijos. Logró contar con el apoyo

sucesivo de los presidentes John Fitzgerald Kennedy y Lyndon B. Johnson. Entre las distinciones que se le concedieron pueden destacarse: el Premio Nobel de la Paz (1964), la Medalla Presidencial de la Libertad (1977, póstuma), la Medalla de Oro del Congreso de los Estados Unidos (2004, póstuma), las dos últimas recibidas por su mujer.

Veamos párrafos de su famoso discurso pronunciado en la multitudinaria Marcha sobre Washington por el Trabajo y la Libertad.

Yo tengo un sueño de que un día esta nación se elevará y vivirá el verdadero significado de su credo: Creemos que estas verdades son evidentes: que todos los hombres son creados iguales.

Yo tengo el sueño de que un día en las coloradas colinas de Georgia los hijos de los exesclavos y los hijos de los expropietarios de esclavos serán capaces de sentarse juntos en la mesa de la hermandad.

Yo tengo el sueño de que un día incluso el estado de Mississippi, un estado desierto, sofocado por el calor de la injusticia y la opresión, será transformado en un oasis de libertad y justicia.

Yo tengo el sueño de que mis cuatro hijos pequeños vivirán un día en una nación donde no serán juzgados por el color de su piel sino por el contenido de su carácter. **¡Yo tengo un sueño hoy!**

Yo tengo el sueño de que un día, allá en Alabama, con sus racistas despiadados, con un gobernador cuyos labios gotean con las palabras de la interposición y la anulación; un día allí mismo en Alabama, pequeños niños negros y pequeñas niñas negras serán capaces de unir sus manos con pequeños niños blancos y niñas blancas como hermanos y hermanas. **¡Yo tengo un sueño hoy!**

Yo tengo el sueño de que un día cada valle será exaltado, cada colina y montaña será bajada, los sitios escarpados serán aplanados y los sitios sinuosos serán enderezados, y que la gloria del Señor será revelada y toda la carne la verá al unísono.

[...] Entonces dejen resonar la libertad desde las prodigiosas cumbres de Nueva Hampshire. Dejen resonar la libertad desde las grandes montañas de Nueva York. Dejen resonar la libertad desde los Alleghenies de Pennsylvania. Dejen resonar la libertad desde los picos nevados de Colorado. Dejen resonar la libertad desde los curvados picos de California. Dejen resonar la libertad desde las montañas de piedra de Georgia. **¡Dejen resonar la libertad de la montaña Lookout de Tennessee! ¡Dejen resonar la libertad desde cada colina y cada topera de Mississippi, desde cada ladera, dejen resonar la libertad!**

Y cuando esto ocurra, cuando dejemos resonar la libertad, cuando la dejemos resonar desde cada pueblo y cada caserío, desde cada estado y cada ciudad, seremos capaces de apresurar la llegada de ese día cuando todos los hijos de Dios, hombres negros y hombres blancos, judíos y cristianos, protes-

tantes y católicos, serán capaces de unir sus manos y cantar las palabras de un viejo espiritual negro: “¡Por fin somos libres! ¡Por fin somos libres! Gracias a Dios todopoderoso, ¡por fin somos libres!” (el mundo, 2013).

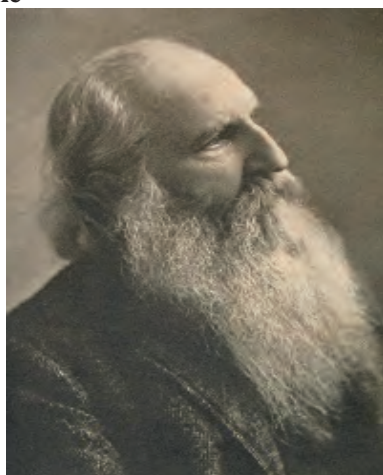
En otra ocasión, es significativo su elogio a la figura del barrendero que hace bien su trabajo, barriendo las calles como Miguel Ángel pintaba, o como Beethoven componía música, o como Shakespeare escribía poesía. Y es evidente la *presencia de imágenes visuales y de sentimientos y emociones muy profundas*, durante todo su discurso y durante la manifestación.

Esta auténtica *celebración ritual de la experiencia culminante* de una esperanzada manifestación a favor de la justicia constituyó una liturgia con una profunda experiencia de espiritualidad horizontal, y probablemente también vertical, dada la cosmovisión teísta cristiana de su líder y de la mayoría de sus participantes.

Entre las cuatro áreas de la vida referidas para la experiencia de la espiritualidad, esta corresponde principalmente a la segunda: *celebraciones rituales de experiencias culminantes*. Y no dudo de que Luther King la debió de vivir con profundidad, con la esperanza de poder contribuir a un gran logro en bien de la humanidad. Y en el marco de su cosmovisión teísta cristiana, como una colaboración creativa personal suya y de sus seguidores en la obra creadora divina de una sociedad humanizada.

Mientras Luther King pronunciaba emocionado su discurso, contemplando a esta multitud de mujeres y hombres, afroestadounidenses y *yankees* que se manifestaban con cantos y gritos esperanzados, y dándose abrazos, *los procesos sensoriales de la mirada, la escucha y el tacto contribuían ciertamente a la vivencia de una experiencia espiritual humanizada*. Y para muchos, esa experiencia podía también referirse a las otras *áreas de las experiencias comunitarias, el trabajo y la meditación*, pensando sobre todo en la futura forma de vivir mejor.

Richard Maurice Bucke



Aunque es poco lo que el autor conoce sobre la biografía de este prestigioso

canadiense, que vivió a finales del siglo XIX, datos significativos de su trayectoria vital conducen a atribuirle como más probable un *estilo de personalidad enérgica*.

Fue desde su infancia un típico granjero canadiense de estructura atlética. Ya a los dieciséis años se independizó de su familia y viajó hasta California, ejerciendo durante el recorrido sucesivos trabajos para mantenerse y viviendo experiencias que le permitieron mostrar su carácter enérgico, como la de lograr defenderse en ocasión de ser atacado por indios, por haberse atrevido a viajar por sus tierras. Otra experiencia que le permitió demostrar la fuerza de su carácter ocurrió cuando logró ser el único superviviente de un grupo de mineros de plata, encontrándose congelados en montañas de California. Sus esfuerzos por sobrevivir recorriendo montañas acabaron con el padecimiento de una congelación profunda y teniendo que sufrir la amputación de un pie.

Volvió a Canadá a los veintiún años, cursó la carrera de Medicina en Montreal, ejerció un breve período como cirujano naval, y finalmente decidió especializarse en Psiquiatría. Completó su formación y prácticas en Londres y París. Vuelto a Canadá, se casó a los veintisiete años y tuvo ocho hijos. A los cuarenta años ocupó el cargo de jefe del Asilo Provincial de Enfermos Mentales en Londres, Ontario (Canadá), hasta su muerte en 1902, a los sesenta y cuatro años. Fue el creador y promotor de la terapia ocupacional.

El más famoso de sus libros publicados no trató de psiquiatría, sino de la experiencia de la espiritualidad: *Cosmic Consciousness. A Study in the Evolution of de Human Mind*. La cita que pongo al final procede de este libro, que superó sucesivas ediciones, y se basa en una experiencia suya de carácter místico. A partir de ella, decidió dedicarse principalmente a investigar este tipo de experiencias. En su libro, además de investigar experiencias espirituales de contemporáneos suyos, se detiene en un recorrido sobre experiencias de personajes como Jesús, San Pablo, Mahoma, Plotino, Dante, Buda y Ramakrisna. En la parte III del libro, Bucke sostiene como hipótesis que se acerca una nueva etapa del desarrollo humano, que él denomina “conciencia cósmica”, y que confía en que se extienda por toda la humanidad.

No son pocos los autores ilustres que reconocieron alguna influencia de Bucke sobre ellos, por ejemplo: Aldous Huxley, en su idea sobre la “filosofía perenne” y el importante maestro hindú Aurobindo. William James le presta atención en su obra *The Varieties of Religious Experience*.

Bucke reconoció la importante influencia que ejerció sobre él la filosofía de Augusto Comte, especialmente su teoría sobre las tres etapas de la humanidad: la teológica, la metafísica, y la científica. Comparte con Comte considerar la religión como la infancia de la raza humana. Aunque hay que tener en cuenta que Comte solo conocía una versión pueril de la religión. Bucke, en el marco de una cosmovisión atea, propone una “Religión del Hombre”, y una ética en la que se destaca como prioritario el altruismo. Un fragmento principal de su experiencia mística es el siguiente:

De súbito, sin aviso de tipo alguno, me encontré envuelto en una nube del

color de las llamas. Por un momento pensé que había fuego, una inmensa fogata en algún lugar cerca de la ciudad; más tarde pensé que el fuego estaba dentro de mí. Inmediatamente me sobrevino un sentimiento de alegría, de felicidad inmensa acompañada o seguida de una iluminación intelectual imposible de describir. Entre otras cosas, no llegué simplemente a creer, sino que vi que el universo no está compuesto de materia muerta, sino que por el contrario constituye una presencia viva; me hice así consciente de la vida eterna. No era la convicción de que alcanzaría la vida eterna, sino la consciencia de que ya la poseía; vi que todos los hombres son inmortales, que el orden cósmico es tal que, sin duda, todas las cosas trabajaban juntas para el bien de todas y cada una de ellas; que el principio básico del mundo, de todos los mundos, es el que llamamos amor; y que la felicidad de cada uno y de todos es, a largo plazo, absolutamente segura. La visión duró algunos segundos y desapareció, pero su recuerdo ha permanecido durante el cuarto de siglo que ha pasado desde entonces. (Bucke, cit. en James, 1986, p. 300)

Puede comprobarse aquí, no solo la implicación de *procesos emocionales*, por ejemplo “sentimiento de alegría, de felicidad inmensa...” sino también de los *procesos sensoriales*: una nube del color de llamas, una inmensa fogata, el fuego estaba dentro de mí, etc. Su experiencia reúne los requisitos que Martín Velasco incluía en su definición de experiencia mística, que cité antes.

Edith Stein



Se ha elegido a esta filósofa como representante de un posible *estilo de vivencia sana de personalidad segura*.

Nació el 12 de octubre de 1891 en el seno de una familia judía y fue la menor de once hermanos de los que cuatro murieron en la infancia. Tras trasladarse la familia a la ciudad de Breslau por razones económicas y para mantener el negocio maderero del padre, al poco tiempo este murió a los 48 años. Edith tenía un año y nueve meses. Posteriormente ella escribió en su autobiografía que pensaba que la profunda espiritualidad de su madre debió de ser la fuerza principal para sobrellevar

con fortaleza la experiencia de quedarse viuda a cargo de once hijos.

A partir de los trece años –tal como manifestó posteriormente en sus memorias– se vinculó al ateísmo, en el cual se mantuvo a lo largo de sus años de estudiante de la carrera de Filosofía. En el ambiente universitario destacó por la profundidad en la reflexión filosófica, por sus estudios de Historia y Psicología y su implicación y liderazgo del movimiento universitario feminista. Pronto experimentó el inicio de su vocación filosófica, siendo capaz de leer con gran interés la profunda obra de Edmund Husserl, *Investigaciones lógicas*, en dos tomos. Este filósofo, figura destacada el siglo XX como creador de la corriente fenomenológica, quedó sorprendido al enterarse de que su joven discípula hubiese podido leer y entender esta obra de difícil comprensión. Así se inició el interés en Husserl de convertir a Edith en su mejor discípula y colaboradora.

Desde el principio de su vida universitaria, Edith se integró también en grupos juveniles ideológicamente innovadores y con implicación de compromisos sociales. Se inició así su lucha por la promoción y defensa de los derechos de la mujer, entre otros el de poder ejercer la docencia universitaria.

Es oportuno destacar aquí tres de los sucesos que influyeron en que Edith Stein experimentase un *proceso de conversión desde el ateísmo a la fe cristiana católica*. En los tres aportaron una contribución importante los procesos sensoriales y emocionales.

En 1917 le llegó la triste noticia de que Adolf Reinach –el “hijo intelectual” de Husserl y gran amigo de Edith, entre los que formaban el unido grupo de los jóvenes filósofos fenomenólogos discípulos del maestro– había muerto en los campos de batalla de Flandes. Edith sabía muy bien la profunda compenetración afectiva que existía entre Reinach y su mujer. Fue a visitarla esperando encontrarla profundamente abatida. Quedó sorprendida a comprobar que, a pesar de su profunda pena, esta mujer mostraba ante todo una actitud esperanzada. Para Edith esto tiene el efecto de un “rayo luminoso salido de aquel escondido mundo” (*Theresia a Matre Dei*, 1992, p. 61). Ella pudo entonces intuir que la profunda fe religiosa de esta mujer en la resurrección, junto a su confianza en el amor divino, debía de ser la fuente de su fortaleza espiritual en medio de su profundo dolor.

Cuatro años después, en 1921, vivió quizá la experiencia que más influencia tuvo probablemente en su conversión al cristianismo. Se encontraba en verano pasando unas semanas en la casa de campo de sus amigos –también filósofos– el matrimonio Conrad-Martius. A esa casa acudían frecuentemente también los otros fenomenólogos discípulos de Husserl y buenos amigos entre ellos. Durante una noche en la que los esposos estaban fuera y Edith sola en la casa, encuentra un libro en la biblioteca, que resultó ser *La Vida de Teresa de Jesús* (escrito por ella misma). Se mantuvo toda la noche leyendo el libro hasta concluirlo y al acabar, se dijo a sí misma (según ella confesó más tarde): “Esto es la verdad”.

Resulta sorprendente que a una mujer tan intelectual y racional como esta filósofa, que a los veinte años había sido capaz de leer los dos densísimos tomos de

las *Investigaciones lógicas*, de Edmund Husserl, se sintiese tan atraída y admirada por esas páginas de santa Teresa de Jesús, en un lenguaje totalmente despreocupado y ajeno a toda precisión intelectual. Otra cosa es el de san Juan de la Cruz. Probablemente lo que le debió de impactar más fue la sensación de autenticidad respecto a las relaciones de santa Teresa con Dios. De hecho se cuenta otra anécdota que delata la impresión que a Edith Stein le producía una *manifestación religiosa que transparentase autenticidad y no formalismo*. En ocasión de realizar un viaje a una población para visitar unas obras de arte que se encontraban dentro de un templo, encontrándose en su interior con esa finalidad, observó a una mujer que entraba llevando un cesto de la compra y que se arrodillaba y permaneció un tiempo muy concentrada en actitud de orar. Stein comunicó tiempo después que el hecho de que se tratase de una acción religiosa espontánea, no situada en un acto colectivo obligado –que era lo que ella había conocido– le impresionó mucho. Entre las experiencias que según sus escritos autobiográficos mencionó como factores desencadenantes de su vinculación a la espiritualidad cristiana, a partir del ateísmo, señaló las dos siguientes:

- Su contemplación de la serenidad, en medio del dolor, que se traslucía en el rostro de su amiga la viuda de Adolph Reinach, tras la muerte de este en la primera guerra mundial.
- Y la sensación de autenticidad y de recogimiento espiritual, que percibió en aquella mujer sencilla, en un templo, con el cesto de la compra.

Fueron dos hechos en los que estuvo indudablemente implicada su *percepción sensorial con la mirada*, aparte de su inteligencia intuitiva. Por otra parte, el hecho de que el motivo de encontrarse Stein en dicho templo fuese para contemplar unas obras de arte, delata su *probable sensibilidad estética*.

Su conversión al cristianismo se consumó en 1921, cuando tenía treinta años. Edith decidió solicitar el bautismo en la Iglesia católica, aun sabiendo que con ello provocaría una tragedia familiar, sobre todo para su madre. Se obtuvo un misal católico y un catecismo de adultos y, para que no tuviese que esperar los meses que en estos casos se requieren como preparación para un bautismo de adultos, pidió que la examinasen en la parroquia católica de san Martín, en Bergzabern. El sacerdote quedó sorprendido por su buena preparación, por lo que se fijó el bautizo para el uno de enero del año siguiente. Le concedió el permiso para que fuese la madrina su amiga evangélica Conrad-Martius.

Rabindranath Tagore



Sir Rabindranath Tagore, que nació en Calcuta el 7 de mayo de 1861 y murió en Santiniketan el 7 de agosto de 1941, es conocido en Occidente sobre todo como poeta y por ser el primer indio al que se le concedió el Premio Nobel de Literatura en 1913. Pero además de poeta destacó, a lo largo de su vida, por otras facetas importantes de su vocación. Fue un filósofo de la educación con aportaciones innovadoras en este campo, siendo la principal su creación de lo que acabó siendo la Universidad mundial de Santiniketan. Fue un maestro admirado por niños y jóvenes. Escribió novelas, cuentos y obras de teatro. Su obra completa en bengalí ocupa 28 grandes volúmenes. Produjo una gran cantidad de pinturas. “Mi poesía es para mis paisanos; mis pinturas son mi regalo a Occidente”. Fue también autor de muchas canciones, dos de las cuales son actualmente himnos nacionales de Bangladesh e India: el *Amar Shonar Bangla* y el *Jana-Gana-Mana*.

Teniendo presente las características destacables de su vida y de su actitud empática y capacidad para las relaciones humanas con personas y grupos de variadas raíces culturales asiáticas y europeas, pienso que podemos considerarle como un ejemplo de *estilo sano de personalidad sociable*.

Nacido en una familia culta brahmánica, Rabindranath fue el menor de catorce hijos. Su hermano mayor Dwijendranath fue un destacado poeta y filósofo. Otro hermano, Satyendranath, fue el primer indio admitido por los ingleses en el Servicio Civil indio. Su hermano Jyotirindranath fue un reconocido compositor musical. Su hermana Swarna Kumari Devi llegó a ser una novelista muy valorada.

De su padre Debendranath afirmó que aunque lo podía ver pocas veces, “su presencia llenaba toda la casa”, y que ejerció una honda influencia sobre él, por ejemplo acompañándole en frecuentes viajes para que alcanzase un conocimiento profundo de la India, sus gentes, sus costumbres y sus paisajes. A los diecisiete años se trasladó a Inglaterra para iniciar sus estudios de Derecho en el *University*

College de Londres. Pero un año después, sin haber acabado la carrera, volvió a la India, habiendo llegado a la convicción de su importante vocación a la poesía y a la actividad educadora.

Se casó a los veintinueve años y tuvo dos hijos y tres hijas. Pronto escribió una serie de obras que despertaron la atención del mundo literario hacia él. A los veintinueve años se implicó en la gestión de las propiedades familiares en Shelaidana, instalándose a vivir durante un tiempo en una casa-barco en el río Padwa. A partir de los cuarenta años se consagró en Santiniketan a su gran proyecto de una escuela experimental. Los alumnos se bañaban al surgir el sol, practicaban individualmente una oración bajo la sombra de un árbol, clases al aire libre, conferencias, cantos y representaciones teatrales, vinculación profunda con los compañeros y los profesores, y todo en vistas al mayor desarrollo posible de los potenciales singulares e irrepetibles de cada discípulo, con la convicción de que en todo hombre y mujer se encuentra la semilla de lo divino.

Se ayudaba, como algo importante, a que los alumnos ejercitasen una actitud contemplativa y admirativa ante los fenómenos de la naturaleza. El silencio de las noches, la grandiosidad y belleza de las estrellas, la salida y puesta del sol, etcétera: “Si de noche lloras por el sol, las lágrimas te impedirán ver las estrellas” es una de sus frases más citadas.

En 1913 –a los cincuenta y un años– se sorprende al saber que se le ha concedido el Premio Nobel de Literatura. Las traducciones de los escritos de Tagore estuvieron a cargo de ilustres literatos europeos: Juan Ramón Jiménez y su esposa Zenobia Camprubí lo tradujeron al español; André Gide, al francés; y Boris Pasternak, al ruso. En 1918 la escuela de Santiniketan se ha convertido en la “Universidad Mundial” celebrándose una solemne inauguración. Según Tagore las grandes aspiraciones a las que debería consagrarse todo ser humano eran la búsqueda de la verdad, la bondad y la belleza.

Él supo recoger –al margen de toda actitud fundamentalista– lo que consideró más valioso de las culturas de la India, y de su alma religiosa: el hinduismo; a la vez que supo integrar también aspectos de la civilización occidental, y especialmente, de la religiosidad cristiana, hacia la que mostró importantes simpatías.

La idea de que el servicio al Padre del Universo consiste en servir a los hijos del hombre ha penetrado tan profundamente en los países cristianos desde hace tanto tiempo, que este mensaje corre incluso por las venas de los que se declaran ateos. Ellos también piensan que es justo sufrir por los demás. ¿De qué planta es este fruto? ¿Quién produce esta savia? Respondiendo a esta pregunta, no puedo dejar de admitir que es el cristianismo (Tagore, 1997, p. 49).

El cristianismo ha tributado un gran honor al ser humano, porque aquel al que los cristianos adoran se ha unido a la condición humana haciéndose hombre él mismo. Por eso hemos podido observar que los verdaderos cristianos han dado a conocer en todos los países el amor a los hombres.

(Tagore, 1997, p. 74)

Tagore y Gandhi experimentaron una importante amistad, acompañada de admiración recíproca, a la vez que había aspectos de su estilo de vida y de sus proyectos en los que discrepaban. Gandhi consideraba que la confianza que Tagore tenía puesta en el poder humanizador de la Literatura era una esperanza irreal. Tagore veía con desagrado cierta actitud oculta de violencia y desprecio excesivo hacia los británicos y a la civilización y ciencia occidentales, por parte de Gandhi. Pero su ayuda y amor mutuo se mantuvo siempre.

Se citarán, a continuación, tres párrafos entresacados del libro sobre Gandhi de Robert Payne. El primero se refiere al día en el que Gandhi visitó la escuela de Santiniketan.

Gandhi regresó a Santiniketan y allí encontró a Rabindranath Tagore que le estaba esperando. El poeta había recibido el Premio Nobel hacía un par de años. Alto, de barba blanca, majestuoso, enamorado de la poesía y de la juventud, parecía contener en sí todas las cualidades legendarias que poseían los antiguos artistas indios. Sentía una gran admiración hacia Gandhi, aunque no por ello dejaba de mostrarse un tanto crítico. Se sentía algo molesto por el elemento de fanatismo que detectaba en Gandhi y cierta violencia e intemperancia de sus discursos. Su hermano Dwijendranath era menos crítico; estaba convencido de que el regreso de Gandhi a la India había sido ordenado por Dios. El poeta y el abogado revolucionario se sentían felices juntos, y paseaban por el campo cogidos del brazo, deteniéndose para hablar con los estudiantes y discutir el futuro de la India en términos que complacían a ambos. (Payne, 1971, p. 243)

En otro párrafo Payne se refiere al día en el que Gandhi inició su famosa huelga de hambre, como un elemento clave de su revolución no violenta.

En estas últimas horas Gandhi recibió un telegrama de Tagore diciendo que aprobaba el ayuno de todo corazón “en nombre de la unidad india y de su integridad social”, mientras Tagore oraba fervientemente para que el ayuno no llegara a alcanzar un extremo peligroso. A primera hora de la mañana Gandhi escribió a Tagore anunciándole que al mediodía entraría por las “ardientes puertas” y que esperaba su bendición, porque a la vez temía su condena. El telegrama de Tagore fue para Gandhi un gran alivio, pues consideraba al poeta como la conciencia del país. A partir de entonces ya no sintió más dudas. A las 11,00 hizo su última comida de jugo de limón y miel, y al mediodía tendido en su camastro y escuchando la hora que sonaba en el reloj de la cárcel, se preparó para la larga y agotadora batalla. Así transcurrió el día pacíficamente, mientras de vez en cuando, los doctores llegaban para examinarle, y lejos, en Santiniketan, Tagore, vestido con túnica negra para señalar la solemnidad de la ocasión, se dirigía a sus estudiantes y hablaba de la sombra producida por el eclipsado sol que oscurecía el rostro de la India y del mundo. Gandhi estaba de buen humor.

(Payne, 1971, pp. 371).

El tercero se refiere al final de la huelga de hambre y a la laboriosa formalización de un acuerdo entre Gandhi y las autoridades británicas. Tagore, consciente del peligro de que Gandhi no aceptase todas las cláusulas del acuerdo –que no habían sido redactadas por él sino por algunos colaboradores suyos destacados– quiso hacerse presente realizando un precipitado viaje.

Más tarde, aquella misma mañana, entró Rabindranath Tagore en el patio de la prisión después de haber atravesado apresuradamente toda la India para tomar asiento junto a su amigo. Estaba abrumado por la emoción, y ocultó el rostro en el pecho de Gandhi, permaneciendo en tal posición durante algún tiempo antes de hablar. Ya se había enterado de las noticias sobre el acuerdo del Gabinete. “He venido corriendo a causa de las buenas noticias –dijo–, y me alegro de haber llegado a tiempo”. Luego charlaron durante un rato, en voz muy baja, y finalmente viendo que Gandhi se hallaba muy débil, el poeta se retiró. Una vez más, Gandhi quedó a solas con sus pensamientos.

Poco después de las cuatro de la tarde, el coronel Doyle, inspector general de prisiones, entró en el patio con el tan esperado documento que colocó en las manos de Gandhi, diciendo que lo dejaba a su cuidado para que lo estudiase sin que nadie le molestara [...] Gandhi parecía inclinarse hacia la celebración de más conferencias, pero a nadie le pareció la idea muy favorable. Finalmente, dándose cuenta de que no había seguridad alguna de conseguir redactar un mejor acuerdo, y sabiendo que las ulteriores conferencias podrían producir aún más incomodidades de tipo político, Gandhi aceptó, aunque de muy mala gana, en suspender el ayuno. (Payne, 1971, p. 375)

Tuvo lugar a continuación una celebración solemne del final de ese ayuno en la que se expresaron oraciones y cantos. El principal fue el himno bengalí del *Gitanjali* de Tagore.

Cuando esté duro mi corazón y reseco, baja a mí como un chubasco de misericordia.

Cuando la gracia de la vida se me haya perdido, ven a mí con un estallido de canciones.

Cuando el tumulto del trabajo levante su ruido en todo, cerrándome el más allá, ven a mí, Señor del silencio, con tu paz y tu sosiego.

Cuando mi pordiosero corazón esté acurrucado cobardemente en un rincón, rompe tú mi puerta, Rey mío, y entra en mí con la ceremonia de un Rey.

Cuando el deseo ciegue mi entendimiento con polvo y engaño, ¡vigilante santo, ven con tu trueno y tu resplandor! (Tagore, 1983, pp. 109s.)

La lectura atenta de sus poesías delata la vivencia de una elevada capacidad de *escucha interior* en Tagore, y de su *profunda actitud contemplativa y admirativa*. Aunque esto se percibe en todos sus escritos, lo he experimentado de una forma

especial leyendo algunos de los traducidos al castellano por Zenobia Camprubí, esposa del famoso poeta Juan Ramón Jiménez, que también había obtenido el Premio Nobel de Literatura. Por ejemplo, las colecciones de poesías tituladas *El jardinero* (poemas de amor humano) y *Ofrenda lírica* (poemas de amor místico). En este poeta y sabio educador podemos ver cómo su profunda capacidad de escucha interior no está reñida con la profunda capacidad de escucha de los otros (fue un representante de la corriente del hinduismo interesada en contribuir a la integración del mensaje espiritual cristiano) y de la acción liberadora.

Esta celebración que protagonizó Tagore en ocasión de la huelga de hambre de Gandhi, en la que se recitó y cantó este himno, lo considero una experiencia colectiva de espiritualidad de tipo sacramental, es decir, una *celebración ritual de una experiencia cumbre*.

Aparte de la variedad de experiencias emocionales implicadas en este acontecimiento, basta leer la oración poética –en el marco de un hinduismo teísta– para darse cuenta de la variada implicación en ella de *procesos sensoriales*. Esto se hace patente también en otras de las muchas plegarias poéticas que publicó, entre las que se destacan las de su libro *Ofrenda lírica*. Recojamos otro ejemplo:

Permite, Dios mío, que mis sentidos se dilaten sin fin, en una salutación a Ti.
y toquen este mundo a tus pies.

Como una nube baja de julio, cargada de chubascos,
permite que mi entendimiento se postre a tu puerta, en una salutación a Ti.
Que todas mis canciones unan su acento diverso en una sola corriente, y
se derramen en el mar del silencio, en una salutación a Ti.

Como una bandada de cigüeñas que vuelan, día y noche, nostálgicas de
sus nidos de la montaña, permite, Dios mío, que toda mi vida emprenda
su vuelo a su hogar eterno, en una salutación a Ti. (Tagore, 1998, p. 140)
En su vida tampoco faltaron experiencias propiamente *místicas*, según
constan en sus escritos autobiográficos, cuya primera manifestación tuvo
lugar cuando tenía dieciocho años. En su descripción, lo sensorial está
muy presente:

Cuando tenía dieciocho años, rozó por primera vez mi vida una súbita brisa
de sentimiento religioso, y se fue dejando en mí un mensaje directo de la
realidad espiritual. Cierta día, en tanto contemplaba al alba la salida del
sol, que enviaba *sus primeros rayos de luz por detrás de los árboles*, sentí
de repente como si una *antigua niebla* se hubiese disipado sobre la faz
del mundo, revelándome un íntimo fulgor de gozo. El telón invisible del
lugar común se había apartado de todas las cosas y de todos los hombres
y su último significado se definió en mi mente como una identificación de
la belleza. Lo memorable de esa experiencia fue su mensaje humano, la
súbita expansión de mi conciencia en el mundo suprapersonal del hombre.
En aquél día de mi asombro escribí un poema, “El despertar de *la cascada*”.
La cascada, cuyo espíritu permanecía dormido en glacial aislamiento,

recibe el contacto del sol y estalla en un arrebató de libertad, encontrando su finalidad en un sacrificio infinito, en una unión continua con el mar. A los cuatro días aquella visión se había disipado y mis párpados volvieron a cerrarse sobre la mirada interior. En la sombra, el mundo volvió a enmascararse, confundiéndose con las sombras de un hecho cualquiera (Tagore, 2003, pp. 354s.).

Yibrán Jalil Yibrán, que en la transcripción inglesa es más conocido por Khalil Gibran.



Nació en 1883 en un pueblo del Líbano en una familia humilde vinculada a la Iglesia cristiana maronita, que desde el siglo XII se unió con la Iglesia romana. En sus celebraciones litúrgicas utilizan la lengua aramea, que fue la de Jesucristo. En su educación fue importante la influencia de su abuelo materno para el cultivo de la literatura y la pintura, que constituyeron pronto dos capítulos principales de su vocación artística.

A los once años –con sus padres y sus tres hermanos– se trasladó a Boston, donde cultivó la lengua inglesa, con la escribiría sus famosas novelas. A la edad de 15 años volvió al Líbano, donde recuperó la lengua árabe y aprendió el francés. Vuelto a Boston logró destacar por sus pinturas, que se exhibieron en exposiciones de varios países de América y Europa. Publicó *El Profeta*, libro que fue acogido con éxito y muy difundido a pesar de que los críticos literarios no lo valoraron. Antes de publicar *El profeta* –cuyas imágenes también eran obra suya– había publicado *El loco*, y *El precursor*. No logró un claro reconocimiento social hasta cumplir 42 años, seis antes de su muerte.

Muchos escritos abordan la experiencia religiosa y mística, en los que conver-

gen el cristianismo, el islam (mística sufí), el judaísmo y la teosofía. Fue partidario y defensor de destacar los fundamentos comunes de las religiones. Se comprende que llegase a sentir especial simpatía hacia Abdul-Bahá, creador del bahaísmo, que defendía la unión de las grandes religiones.

Tanto a partir de sus escritos, sus viajes, sus abundantes relaciones humanas, especialmente con artistas, su gran cordialidad en el trato con personas de diferentes cosmovisiones y su amistad con Abdul-Bahá, el líder del bahaísmo, que buscaba lograr la unión entre las religiones, son aspectos de su vida que conducen a atribuirle como probable un *estilo de personalidad sociable*, y una *espiritualidad que podría considerarse integradora humanista*, dada la combinación en ella de cristianismo, mística islámica sufí, judaísmo, bahaísmo, teosofía y, probablemente, agnosticismo.

Escribió, por ejemplo

Ustedes son mis hermanos y los amo. Los amo cuando se postran en sus mezquitas, se arrodillan en sus iglesias y oran en sus sinagogas. Ustedes y yo somos hijos de una sola fe: el espíritu. (“Yibrán Jalil Yibrán”, 2020)

Aunque la obra más conocida de él es *El Profeta* publicó alrededor de 30 libros –novelas o poesías-, algunas pueden considerarse poesías filosóficas, y también escritos de espiritualidad religiosa.

De las cuatro áreas de la espiritualidad, en él parece correcto destacar *la espiritualidad en el trabajo* artístico (poético y pictórico), literario, político-social. Un ejemplo, como señal de su vivencia de esta espiritualidad puede ser la siguiente poesía que expresaban vivencias muy importantes de su experiencia vital.

Cuando trabajáis, sois una flauta a través de la cual se transforma en melodía el murmullo de las horas. ¿Quién de vosotros querría ser una caña muda y sorda mientras que todo canta al unísono? [...] Yo os digo que cuando trabajáis estáis realizando una parte del más ambicioso sueño de la tierra, desempeñando así una misión que os fue asignada cuando nació ese sueño. (Khalil Gibran, 1976, p. 35s.)

Mata Amritanandamayi, conocida por sus discípulos como Amma (la Madre)



A esta mujer gurú del Hinduismo, y con experiencias de espiritualidad profunda tanto horizontales como verticales, se la incluye aquí, desde el punto de vista psicológico, como representante probable del estilo de *personalidad cooperadora*.

A diferencia de la mayoría de los gurús hindúes, muy concentrados en la vivencia y enseñanza de formas de meditación en sus *ashrams*, pero más bien despreocupados de tomar iniciativas y contribuir en una transformación humanizadora de las estructuras sociales y, mientras tanto, en muestras de una solidaridad y apoyo respecto a los abandonados en sus derechos, a Amma no se le puede achacar esta actitud pasiva.

Ha logrado contribuir, como líder de una espiritualidad hindú, a la conjugación de las vivencias de meditación, u oración, o incluso místicas, con una sorprendente capacidad para la promoción y creación de numerosas obras de interés social. Entre sus obras humanitarias podemos destacar la construcción de unos 100.000 hogares para pobres, orfanatos, hospitales, hospicios, planes de pensiones para viudas, centros de Sida, hogares de pensionistas, etc. En los Estados Unidos ha promovido muchos centros de los allí denominados “Mother kitchen” o “Vegetarian soup-kitchen”, en los que con la ayuda de voluntarios se preparan y sirven comidas para los necesitados. Entre los sucesivos donativos que ha logrado promover está el de un millón de dólares para la Fundación Huracán Katrina Bush-Clinton.

Amma nació en 1953 en un pequeño pueblo de la India cerca de Kollan, en Kerala. Desde su primera infancia manifestó una especial afición hacia la meditación y a componer cantos religiosos a Krishna. Extraigo unos párrafos de Wikipedia:

Tuvo que abandonar la escuela, a pesar de haber dado muestras de una gran inteligencia. Sudhamani cuidó de su hermano y hermanas, de sus padres y también se hizo cargo de la vaquería familiar. Aunque su trabajo diario

acabara a media noche, Sudhamani dedicaba el resto de la noche a meditar, a cantar y a rezar a Dios, en lugar de irse a dormir.

Otra cualidad que se manifestaba claramente en Sudhamani desde temprana edad, era su amor y compasión hacia los otros seres humanos. Visitaba a menudo otras viviendas del vecindario en busca de pieles de tapioca para las vacas de su familia. En estas viviendas escuchaba pacientemente muchas historias de dolor, especialmente de los ancianos quienes se lamentaban de la falta de atención, e incluso del maltrato que recibían de sus hijos y nietos, una vez que éstos se independizaban. Esto creó en Sudhamani un gran deseo de ayudar a las personas a liberarse de su pesar y dolor. Aunque sólo era una niña, hacía todo lo posible por aliviar el sufrimiento de sus vecinos. Ella los atendía lavando sus ropas, bañándolos, e incluso llevándoles comida desde su casa. Este hábito de regalar cosas procedentes de su casa familiar, además de causarle grandes problemas, fue la causa de que fuera severamente castigada. Sin embargo, ningún castigo pudo impedir que siguiera realizando todo tipo de acciones caritativas en su vecindario. Cuando Sudhamani alcanzó su adolescencia comenzó a experimentar frecuentes estados de éxtasis espiritual. A menudo danzaba y cantaba totalmente abstraída del mundo, en lo que se ha descrito como un estado de profunda unión mística con Dios. Los miembros de su familia y muchos de sus vecinos eran incapaces de comprender estos estados. Como su comportamiento no era el normal de una chica de su edad, empezaron a acosarla de múltiples maneras. Finalmente, fue forzada a abandonar su casa, a procurarse la vida por sus propios medios y a vivir a la intemperie. (“Mata Amritanandamayi”, 2020)

En sus viajes y encuentros multitudinarios a numerosos países (muchos de ellos también en España) se han hecho famosos aquellos encuentros o ceremonias rituales en los que su momento principal son los sucesivos abrazos que Amma da a los participantes. Esta ocasión puede percibirse como un ejemplo de lo que en filosofía de la religión se entiende como “sacramentos”, entendidos como *acciones simbólicas en las que se realiza lo que se simboliza*. En la actualidad se le atribuye haber realizado sus abrazos profundos a más de 35.000.000 de personas. Entre las cuatro áreas que diversifico para la espiritualidad estos encuentros se refieren a las *celebraciones rituales de experiencias culminantes*.

Comentando la experiencia de un encuentro de Amma en Valencia, se ha dicho:

Así, abrazar a la gente es la imagen vivible de una enorme labor humanitaria que no se limita a la India. Hay 40 comedores sociales dando rancho a 150.000 habitantes del país más rico: Estados Unidos. Cuando el terremoto barrió la costa de Fukushima, Amma envió fondos a Japón. Y su presencia se hace notar en cualquier desgracia, desde el tsunami del Océano Índico en 2004, al temblor de Haití o el último tifón en Filipinas. Por su país se despliegan universidades y hospitales de primer nivel.

Sus encuentros con abrazos pueden durar más de doce horas. Así ha ocurrido en sus treinta años de giras mundiales.

Su espiritualidad se manifiesta claramente en las cuatro áreas en que propuse diferenciarlas: *la meditación u oración, las celebraciones rituales de experiencias culminantes, las experiencias comunitarias y el trabajo.*

Cuando en el año 2015 se celebró en el Vaticano, convocada por el obispo de Roma –Papa Francisco– la ceremonia de la firma de una Declaración Universal de líderes religiosos contra la esclavitud, también participó y firmó Amma, juntamente con Justin Welby, arzobispo de Canterbury y líder de la Iglesia Anglicana, el maestro budista Thich Nhat Hahn (Thay), al que ha representado la venerable Bhikkhuni Thich Nu Chên Không, Mohamed Ahmed el-Tayeb, Gran Imán de Egipto, el rabino jefe David Rosen, KSG, CBE, su Santidad el Patriarca Ecuménico Bartolomé (representado por su Eminencia Emmanuel, metropolitano de Francia) de la Iglesia cristiana Ortodoxa, y otras autoridades más de diferentes tradiciones religiosas. Amma tuvo la oportunidad de pronunciar un discurso. Sus últimas palabras fueron (según señala wikipedia):

La mente humana ha creado muchas divisiones en forma de religión, casta, idiomas y fronteras internacionales. Debeos tender un puente de amor puro que todo lo abarque para romper esos muros de creación propia. (“Mata Amritanandamayi”, 2020)

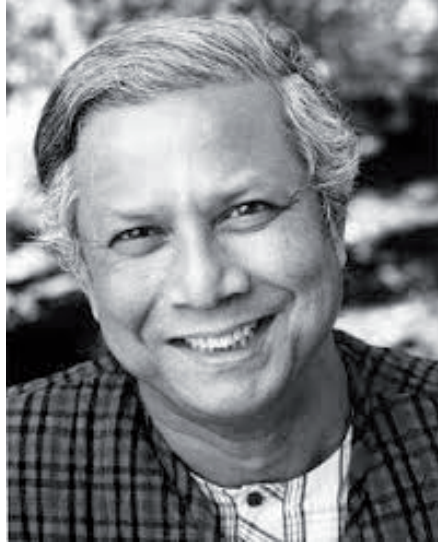
La *contribución de los procesos sensoriales y emocionales* se hace patente –además de en sus citados encuentros multitudinarios con sus famosos abrazos– a través de sus numerosas obras solidarias nacidas a partir de saber *contemplar con sus ojos, escuchar con sus oídos y tocar con sus manos*, a múltiples personas, con hambre, con sed, sin techo, sin apoyos económicos, sin tener atendido su derecho al cuidado de su salud, a la educación, a la utilización de sus aptitudes personales en lo laboral, etc.

Siendo muy diferente en su trayectoria vital y en sus obras, el punto de partida de su espiritualidad solidaria tiene importantes coincidencias con el de Muhammad Yunus, el creador de la Banca Ética. Se comprende que este bangladeshí afirmase de Amma: “Ha hecho más que muchos gobiernos por sus ciudadanos”.

A Amma no le han faltado importantes reconocimientos internacionales

- En 1993 fue elegida como una de las tres representantes del Hinduismo en el Parlamento de las Religiones del mundo celebrado en Chicago.
- En 1995, en las celebraciones ecuménicas en Nueva York para conmemorar el cincuenta aniversario de las Naciones Unidas, fue invitada a exponer su discurso.
- En el año 2002 la ONU le concedió el Premio Gandhi King a la no violencia.
- En octubre de ese mismo año fue la encargada de clausurar con un discurso el Parlamento Mundial de las Religiones que tuvo lugar en el *Forum* de Barcelona.

Muhammad Yunus



Se desconoce la cosmovisión, sea religiosa o sea atea, de la que este ilustre economista de Bangladesh, premio Nobel de la Paz, pueda ser un representante. Se ha seleccionado también como representante del estilo de vida sano de probable *personalidad sensitiva* (Millon), por la trayectoria de su vida y la espiritualidad (transpersonal horizontal) implicada en su gran proyecto de la Banca Ética. Por sus raíces podría ser un musulmán, aunque en ninguno de los dos libros que he leído sobre sus experiencias de antes, durante y después de haber creado el *Grameen Bank* (la primera Banca Ética), nunca hace alusión a ello. Por otra parte, consta que en casi todos los países musulmanes, si alguno de sus habitantes decide desvincularse del Islam y pasarse al agnosticismo, o al ateísmo, o bien a otra cosmovisión religiosa como p.e. el Cristianismo, el Hinduismo, o el Budismo, no tiene libertad para darlo a conocer. En el caso de que lo revelase, puede acabar en la cárcel, o incluso ser condenado a la pena capital. En su carnet de identidad debe constar su carácter de creyente musulmán ¿Se encuentra Yunus en alguna de esas situaciones? El autor del escrito lo desconoce. En una entrevista y preguntado sobre cuál era su religión, respondió: “Mi religión es la solidaridad”

Pero para el autor de este escrito es indudable que la forma en que en su vida se ha consagrado a la lucha contra la pobreza, a través del *Grameen Bank*, y de todas las instituciones que de él se han derivado, lo percibo no solo como un admirable testimonio de solidaridad y promoción de la justicia social, como valor ético. Lo percibo, además, como una *profunda vivencia de espiritualidad, en el área de las experiencias comunitarias, y también del trabajo profesional*, como docente e investigador en la Ciencia de la Economía Política.

Al mismo tiempo, resulta evidente la importante contribución de los *procesos sensoriales como desencadenantes de la creación de su valiosa institución*.

Yunus dejó claro, en sus dos libros autobiográficos, la influencia que ejerció sobre él para tomar su decisión, el hecho de *contemplar con sus ojos*, al salir cada día de la Facultad Universitaria, los abundantes testimonios de personas que vivían en la miseria. Y también *al escucharlas con empatía* tras acercarse a ellas, para que pudieran comunicarle los insuperables obstáculos con los que se encontraban, para liberarse de los graves abusos de los usureros, y poder obtener unos modestos créditos que les permitiesen llevar a cabo alguna obra artesanal en la que fuesen expertos, y lograr una autonomía económica.

Repitiendo aquí algunas páginas de lo que escribió el autor sobre él en su libro *Valores éticos o fuerzas que dan sentido a la vida*, en el capítulo 12° dedicado a la *Solidaridad para la Justicia*:

En los últimos decenios, el máximo logro de la lucha por la justicia contra el problema del hambre en el mundo ha sido, a mi juicio, la creación del Banco Grameen por parte del economista de Bangladesh, Muhammad Yunus. En 1976 Muhammad Yunus, que se había formado en Oxford, y que había ejercido como profesor de Universidad en los Estados Unidos y posteriormente en Bangladesh, decidió, recién conseguida la independencia de este país, abandonar su puesto docente universitario y consagrarse al trabajo de eliminar la pobreza del mayor número posible de personas e inició un proyecto motivado por su gran esperanza de poder contribuir a erradicar la grave injusticia del hambre de millones de personas.

Yo me impliqué en el problema de la pobreza no como político ni como investigador, sino porque era algo que estaba a mi alrededor, por todas partes, y de lo que no podía apartar la vista sin más. En 1974, me di cuenta de lo difícil que resultaba enseñar elegantes teorías económicas en las aulas universitarias en el contexto de la terrible hambruna que estaba padeciendo Bangladesh en aquél momento. De pronto, sentí la vacuidad de aquellas teorías ante semejante situación de hambre y pobreza. Quería hacer algo inmediato para ayudar a la gente que me rodeaba –aunque fuera sólo a una persona– a superar un día más con un poco menos de dificultad. Eso me encaró directamente con la tremenda odisea que tienen que pasar las personas pobres para hallar hasta las más nimias cantidades de dinero con el que ganarse la vida. Me asombré de ver cómo una mujer del pueblo tomaba prestado menos de un dólar del prestamista local a condición de que éste se quedase con el derecho en exclusiva a comprar todo lo que ella produjera al precio que él decidiera. Aquello, para mí, no era más que un modo de reclutamiento de mano de obra esclava. (Yunus, 2008, p. 285s.) Repetiré a continuación el contenido de las páginas en las que resumí –en mi libro *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza? Ensayo de una Ética desde la Psicología* (Rosal, 2003) –, logros de los que pude informarme a través de su libro *Hacia un mundo sin pobreza* (Yunus, 1998).

Después de 25 años ha conseguido:

- Crear un banco que sólo presta microcréditos, sin avales, a los absolutamente pobres.
- El 94% de los clientes son grupos de cinco mujeres.
- En 1998 había ya conseguido que 2 millones de familias dejen de vivir en la miseria y vivan dignamente en actividades autónomas generalmente artesanales.
- Recupera el 95% de lo que presta, con porcentaje claramente superior al de los mejores bancos.
- Tiene como meta alcanzar en el 2.005 a 100 millones de las más pobres familias, consiguiendo que se liberen de su miseria a base de los microcréditos que les permitan crear pequeños negocios por los que consigan vivir con dignidad.
- Los pobres a quienes ofrece los microcréditos aportan semanalmente, desde la primera semana, la fracción de dinero correspondiente en concepto de intereses y devolución. No hay nada de actitud sobreprotectora.
- El personal de los bancos trabaja más en la calle, en los campos, que en oficinas, reuniéndose semanalmente con unos diez grupos de cinco personas –generalmente mujeres– para recibir la aportación pactada y para inspeccionar la marcha de los negocios.
- Yunus y su equipo actúan muy desde la confianza en las capacidades de los pobres. Nada de sobreprotección ni de “posición de Salvador” (en el sentido que le da el modelo analítico-transaccional de exceso de sobreprotección). Considera sobreprotección la forma de entender en Occidente la llamada sociedad de bienestar, al menos tal como se aplica en la práctica.
- Ha rechazado recibir préstamos oficiales, o del Banco Mundial que impliquen intereses, aunque sean en muy buenas condiciones. No quiere verse obligado a mendigar, pasados los años, la condonación de la deuda. Considera que tal como funcionan instituciones como el Banco Mundial, aunque las intenciones sean buenas, el dinero va desapareciendo en sueldos superfluos de funcionarios, reuniones, hoteles, viajes, etc. y el poco dinero que va a parar a los necesitados, llega ya tarde.
- Yunus piensa que es muy posible, con su procedimiento, hacer desaparecer la miseria de los mil trescientos millones de personas que viven bajo el umbral de la pobreza en el mundo.
- Él y sus colaboradores gastan muchas horas en convencer a los nuevos sucesivos clientes del banco –siempre muy pobres– para que adquieran confianza en sus capacidades para crear negocios y espabilarse para salir de la miseria.
- Me da la impresión de que Yunus ha conseguido, en pocos años, eliminar la miseria de más pobres que todas las instituciones oficiales o privadas juntas de todo el planeta.
- Ha comprobado que el costo medio de la creación de un empleo indepen-

diente –que es lo que él promueve– es diez, veinte o cien veces más bajo que el de un empleo asalariado.

- Los horarios de estos trabajadores son flexibles y se pueden adaptar a la situación familiar.
- Sostiene que “los pobres con buena salud no necesitan de la caridad. Los subsidios de desempleo sólo aumentan su desamparo; los privan de iniciativa y dignidad” (Yunus, 1998, p.253).
- Según Yunus, en general, El sector público no ha cumplido con su rol, o cuando menos ha perdido fuerza a pesar de todos nuestros esfuerzos. Ha sido diezmado por la burocratización, a golpes de subsidios, protección económica y política, la economía y la falta de transparencia. Hoy es el reino de la corrupción. Las buenas intenciones del comienzo se desvanecieron en el camino (Yunus, 1998, p. 253).
- Yunus está en desacuerdo tanto con la sobreprotección estatal como con las iniciativas privadas inspiradas en la codicia que han malogrado la economía de mercado. Él ha practicado una solución original que ha tenido resultados positivos evidentes.
- Los resultados positivos que ha tenido, durante veinticinco años, el Banco Grameen creado por Yunus, han contradicho los pronósticos de casi todos los economistas, políticos y banqueros –fuesen de izquierdas o de derechas– que le vaticinaron que fracasaría.
- Actualmente personalidades destacadas de la política, la economía y la banca se han empezado a interesar en serio por la iniciativa de Yunus.
- Casi sin pretenderlo, su obra ha tenido notables efectos políticos. La población femenina que nunca se permitía votar ya supone mayoría al hacerlo. Ya hay mujeres aldeanas de sus grupos de prestatarias implicadas en la vida política como diputadas en diferentes partidos. El partido fundamentalista ha dejado de ser el mayoritario en el Parlamento de Bangladesh, etc.

En Muhammad Yunus encuentra el autor de este escrito un modelo admirable de hombre esperanzado a la vez que realista, e independiente respecto a las modas ideológicas y presiones de autoridades científicas y del ambiente.

Los datos numéricos indicados corresponden al año 1998 en el que se publicó su libro *Hacia un mundo sin pobreza*. Pero si consultamos una obra posterior con un título muy parecido: *Un mundo sin pobreza. Las empresas sociales y el futuro del capitalismo* (2008), los datos han aumentado de forma espectacular. En 2008, treinta años después de la creación del Banco *Grameen*, los llamados “microcréditos” se han implantado en todos los continentes y han beneficiado a más de diez millones de familias. Pero Yunus aspira a llegar a muchas más. Veamos unos párrafos de su discurso titulado *La pobreza constituye una amenaza para la paz*, que pronunció en Oslo, el 10 de diciembre de 2006, cuando recibió el Premio Nobel de la Paz.

En la actualidad el Banco *Grameen* concede préstamos a casi 7 millones

de personas pobres –de las que el 97% son mujeres– de 73.000 localidades rurales de Bangladesh. Concretamente, otorga préstamos sin necesidad de aval a familias pobres para que éstas los destinen a la generación de ingresos o renta, a sus necesidades de vivienda, a la educación o a la constitución de microempresas, y ofrece, además, una gran variedad de productos de ahorro, fondos de pensiones y seguros para sus miembros. Desde su introducción en 1984, los préstamos para vivienda, han sido empleados para la construcción de 640.000 casas. La propiedad legal de esas viviendas corresponde a las propias mujeres prestatarias. Nos centramos en las mujeres porque nos dimos cuenta de que los préstamos que se daban a éstas siempre redundaban en mayores beneficios para las familias en su conjunto. El banco ha concedido préstamos por un importe acumulado de unos 6.000 millones de dólares estadounidenses. La tasa de reembolso es del 99%. El Banco *Grameen* arroja beneficios año tras año sin falta. En el plano financiero, ha adquirido plena independencia y, desde 1995, no acepta dinero procedente de donaciones. Los depósitos y los recursos propios del Banco *Grameen* ascienden actualmente a un 143% del importe total de los préstamos pendientes de pago. Según un estudio interno del propio banco, el 58% de nuestras prestatarias y prestatarios han superado ya el umbral de la pobreza. (Yunus, 2008, p. 286s.)

El proyecto de Muhammad Yunus, cuando al principio él quiso escuchar la opinión de autoridades de la vida económica y política internacional, fue considerado como algo irrealizable. Tanto los economistas o políticos de línea liberal como los de corriente socialista le trataron de disuadir.

Contra todos estos pronósticos el resultado ha sido sorprendentemente positivo. Por ello pienso que es justificado considerarlo una revolución no violenta en el mundo de la Economía, y una fuente de inspiración para otros.

Mientras tanto, en Bangladesh se ha logrado ya que un 80% de familias pobres se beneficien de los microcréditos y se espera que se lleguen pronto a beneficiar el 100% de esas familias.

André Comte-Sponville



Se puede considerar a este filósofo francés contemporáneo un representante típico de “una espiritualidad sin Dios” (tal como señala en el subtítulo de su libro *El alma del ateísmo*).

Al mismo tiempo el autor del artículo se permite la hipótesis de atribuirle un probable estilo de *personalidad respetuosa* (tal como Millón entiende este término). El hecho de que su espiritualidad –en el marco de una cosmovisión atea– no le impida mostrar explícitamente su respeto e integración en su vida de los valores éticos de la tradición judeo-cristiana, muestra la vivencia de una espiritualidad sin Dios integradora de elementos procedentes de cosmovisiones religiosas. Recojamos un párrafo significativo en este sentido

Comienzo por el recuerdo menos antiguo. Sucedió hace una quincena de años, en Salzburgo, Austria, durante un coloquio interdisciplinario que giraba en torno a la evolución de nuestras sociedades. [...] Mantuve, sobre el tema que nos ocupaba, y sin ocultar mi ateísmo, una postura de lo que concierne a lo que actualmente llamo “fidelidad”: cité a Montaigne y a Rousseau, a Kant y Wittgenstein, aunque también, y esto sorprendió más, tal o cual pasaje del Antiguo y el Nuevo Testamento, que comenté a mi manera apoyándome a veces en Tomás de Aquino, Pascal o Kierkegaard... Jean Boissonnat, sorprendido por semejante orientación, que consideraba singular en el panorama intelectual francés, me dijo: “En definitiva, señor Comte-Sponville, ¿usted es un ateo cristiano!”. La fórmula me pareció excesivamente paradójica, e incluso contradictoria, como para poder aceptarla: “Un cristiano cree en Dios –le respondí-, y este no es mi caso. No soy cristiano. Pero soy, o intento ser, un ateo fiel...”. Era la primera vez, si no me falla la memoria, que utilizaba la expresión (Comte-Sponville, 2006, p. 48).

Posteriormente a este suceso, un amigo suyo le declaró: “Tú podrías llamarte

cristiano ateo”, o “ateo cristiano”.

No tiene inconveniente en mostrarnos su coincidencia con afirmaciones de filósofos cristianos clásicos, de la Edad Antigua y de la Edad Media, como San Agustín, y Tomás de Aquino, hacia los que muestra su simpatía. Por ejemplo, en este párrafo: el Doctor Angélico [Tomás de Aquino] dice lo mismo que san Agustín: en el Reino de los Cielos, ya no habrá ni fe ni esperanza (“ni una ni otra pueden existir entre los bienaventurados”); sólo habrá caridad, sólo habrá amor. Pero añade una frase sorprendente, que nunca leí en san Agustín, ni en ningún otro lado, y que debo confesar que me impresionó fuertemente cuando la descubrí. Con toda tranquilidad, escribe santo Tomás: “En Cristo se dio una caridad perfecta; sin embargo, no se dieron ni la fe ni la esperanza”. [...]

Lo que me concierne y me ilumina, tanto en la frase de santo Tomás como ya en san Agustín y san Pablo, es que el amor se considere más alto –sí, a la vez más divino y más humano– que la fe y la esperanza. (Comte-Sponville, 2006, p. 73ss.)

Esta búsqueda de contenidos de un denominador común entre unas creencias ateas y otras religiosas, y de una relación respetuosa con los vinculados a espiritualidades religiosas, es una característica de la forma de vivir el ateísmo este filósofo francés, que me recuerda el testimonio semejante de Eric Fromm.

Actitud muy alejada del estilo hostil y despreciativo con que en nuestro país se han caracterizado con frecuencia –por ambas partes– las relaciones entre los ateos y los vinculados a cosmovisiones religiosas, en especial el cristianismo. Puede verse aquí una muestra clara de la vivencia de la espiritualidad por una persona con un *estilo sano de personalidad respetuosa*.

Este filósofo subraya la compatibilidad entre su posición de ateo con la posibilidad de experimentar la espiritualidad. “Que yo no crea en Dios no me impide poseer una espiritualidad ni me dispensa de servirme de ella”. Sobre ella afirma:

Es el aspecto más noble del hombre, o más bien su función más elevada, que nos convierte en algo distinto de las bestias, más y mejor que los animales que también somos [...]

Somos seres finitos abiertos a lo infinito, decía en mi segundo capítulo. Puedo añadir: seres efímeros abiertos a la eternidad; seres relativos abiertos al absoluto.

Esta apertura es el espíritu mismo. La metafísica consiste en pensarla; la espiritualidad, en experimentarla, ejercerla, vivirla. (Comte-Sponville, 2006, pp. 143 y 145)

Pero Comte-Sponville no sólo defiende su derecho a experimentar una “espiritualidad sin Dios”, él ofrece también el testimonio de haber vivido experiencias que reúnen las características de lo que se entiende por “experiencias místicas” dada su intensidad.

Sí, yo he vivido eso [se refiere al “sentimiento oceánico” según una expresión de Romain Rolland]

Y nunca experimenté luego nada más intenso, ni más deleitoso, ni más perturbador, ni más tranquilizador. ¿Un Éxtasis? Yo no utilizaría esta palabra: ya no había un afuera al que salir. Más bien una éxtasis: la experiencia de una interioridad (pero que me contiene y que yo no contengo) de una inmanencia, de una unidad, de una inmersión, de un adentro. (Comte-Sponville, 2006, p. 163)

Atendamos a unos párrafos de su narración de la primera de estas experiencias místicas. En ellos se han puesto en cursiva sus palabras cuando implican una percepción sensorial visual o auditiva o táctil para mostrar también aquí la contribución *de factores sensoriales en una experiencia de espiritualidad*. Sobre la implicación de lo emocional no es preciso buscar las palabras. Queda patente en el conjunto de su vivencia y en lo que describe como sus consecuencias

La primera vez sucedió en un bosque del norte de Francia. Tenía 25 o 26 años. Daba clases de filosofía –era mi primer empleo– en el instituto de una ciudad muy pequeña, perdida entre campos, al borde de un canal, no lejos de Bélgica. Esa noche, después de cenar, salí a pasear con algunos amigos por ese bosque al que amábamos. Estaba oscuro. Caminábamos. Poco a poco, las risas se apagaron; las palabras escaseaban. Quedaba la amistad, la confianza, la presencia compartida, la dulzura de esa noche y de todo... no pensaba en nada. *Miraba. Escuchaba. Rodeado por la oscuridad del sotobosque. La asombrosa luminosidad del cielo. El silencio ruidoso del bosque: algunos crujidos de las ramas, algunos gritos de animales, el ruido más sordo de nuestros pasos... Todo eso hacía que el silencio fuera más audible. Y de pronto... ¿Qué? ¡Nada! Es decir, ¡todo! Ningún discurso. Ningún sentido. Ninguna interrogación. Sólo una sorpresa. Sólo una evidencia. Sólo una felicidad que parecía infinita. Sólo una paz que parecía eterna. El cielo estrellado sobre mi cabeza, inmenso, insondable, luminoso, y ninguna otra cosa en mí que ese cielo, del que yo formaba parte, ninguna otra cosa en mí que ese silencio, que esa luz, como una vibración feliz, como una alegría sin sujeto, sin objeto (sin otro objeto que todo, sin otro sujeto que ella misma), ¡ninguna otra cosa en mí, en la noche oscura, que la presencia deslumbrante de todo! Paz. Una paz inmensa. Simplicidad. Serenidad. Alegría.* (Comte-Sponville, 2006, p. 163s.)

Juan de la Cruz



Juan de Yepes, más conocido como San Juan de la Cruz, místico y poeta, nació en Fontiveros (Ávila), en 1542, en el seno de una familia trabajadora, que se sume en la pobreza cuando el padre fallece, teniendo que hacerse cargo la madre de los tres hijos, el menor, Juan, de unos seis meses.

Ya de niño él mismo cuenta una anécdota significativa de su carácter: jugando con sus hermanos, cae en una charca cenagosa y va al fondo. Cuando se empieza a ahogar, ve una señora hermosísima que le alarga la mano para sacarle, pero él no la coge para no manchar esas manos tan limpias y delicadas. Por suerte pasa por allí un campesino que mete su vara, a la que se coge, y lo salva.

Teniendo que recurrir desde pequeño, para su subsistencia y educación, a las instituciones de caridad de la época, supo aprovechar bien las oportunidades que éstas le brindaron en Medina del Campo (Valladolid). Convertido en un estudiante brillante, a los veintiún años le llueven ofertas para ocupar diferentes cargos relevantes. Él huye de las presiones que recibe y escapa en secreto a un convento de carmelitas en el que pide su ingreso como fraile. Toma por nombre el de Juan de Santo Matía. Es significativa la elección del nombre, pues San Matías es el apóstol más desconocido, el único que no conoció personalmente a Jesús de Nazaret, y que fue elegido para llenar la vacante dejada por Judas, el apóstol traidor.

Estos datos son significativos, pues apuntan a una personalidad que busca pasar desapercibida. Ya en la Universidad de Salamanca, que en esa época está en su etapa más floreciente, se convierte en un universitario destacado, de tal forma que es nombrado prefecto de estudiantes. Estos le admiran por su ingenio, dominio del estudio y la oratoria, y su estilo de vida: mientras ellos se divierten y hacen el vago, fray Juan de Santo Matía está encerrado en su celda estudiando y orando. Conocen también cuánto le ofende el hablar grosero, de modo que están pendientes, si se acerca, de cambiar el tono de la conversación.

Su deseo de eludir la admiración que fácilmente despertaba se muestra a lo largo de toda su vida. Por ejemplo, durante su última enfermedad, pretenden que vaya a curarse al convento de Baeza, del que ha sido Rector (a la vez que hace de albañil o friega platos) y, en cambio, él pide ser llevado al de Úbeda, porque en el primero le conoce y le quiere mucha gente y en Úbeda nadie le conoce.

Estos, rasgos, junto con la exquisita sensibilidad y la actitud sumamente cuidadosa que empleaba para no herir a los frailes a los que tenía reprender desde los cargos de superior que ostentó posteriormente, nos permiten situarlo como un *estilo de personalidad inhibido*. Su propia estructura física, pequeña y graciosa, que hacen calificarlo a Teresa de Jesús como “santico” y “medio fraile” parecen acompañar ese deseo de no destacar, que se muestra, entre otras cosas, en la realización de tareas humildes (barrer, fregar...) que no corresponden al estatus que ostentaba.

Pero aún con ese estilo de personalidad retraída, gustosa de la soledad, tímida para los reconocimientos, no tiene nada que ver con el apocamiento, pues toda su vida denotó una valentía que le lleva a arrostrar terribles situaciones para llevar a cabo su proyecto. Empeñado en la reforma de la vida monástica de la orden del Carmelo, emprendida por Teresa de Jesús, no tuvo inconveniente en dejar su puesto de Rector del Colegio de Alcalá de Henares para irse de confesor al pobrísimo convento de la Encarnación, en Ávila, a requerimiento de Teresa de Jesús, incluyendo cosas como— pedir limosna para dar de comer a las monjas enfermas.

Pero esa reforma tuvo una fuerte oposición por una parte importante de los carmelitas, que —de noche— asaltan su celda de la Encarnación. Lo esposan y lo llevan preso. En un descuido de sus guardianes, vuelve a su celda y destruye los documentos comprometedores acerca de sus planes, comiéndose parte de ellos. De allí lo llevan a Toledo para forzarle a renunciar a su deseo reformador. Pero él no cede. Allí le tienen nueve meses en una especie de zulo, torturándolo física y psicológicamente, hasta que se fuga descolgándose, a punto de despeñarse por el precipicio que da al Tajo.

Protegido y venerado por gente que le conoce y le tiene por santo, es perseguido por importantes grupos de presión, que logran su excomunión. Su vida oscila entre sus tareas como reformador, siendo Rector de varios colegios y reconocido como gran maestro espiritual (al de Baeza acuden profesores y catedráticos a escuchar sus enseñanzas) y denostado y difamado hasta la sociedad por algunos grupos eclesiales. Murió en plena persecución jurídica, a causa de esas difamaciones. A pesar de eso, nunca se le oyó ninguna queja acerca de sus perseguidores, sino palabras de disculpa porque —según él— lo hacen pensando que es lo correcto.

Contrastan en él su terrible austeridad y su enorme sensorialidad. Tan entusiasta y disfrutador de la naturaleza como Francisco de Asís. En el zulo antes nombrado, concibió (primero memorizándolo y cuando el carcelero le hizo el favor de darle material para ello, plasmándolo por escrito) nada menos que, entre otras, las *Canciones entre el alma y el esposo*. En ese estrecho agujero de menos de metro y medio de ancho y menos de dos metros de largo, con solo una abertura pequeñísima

junto al techo para poder respirar, brotan imágenes como las siguientes, extraídas del las susodichas *Canciones entre el alma y el esposo*:

¡Oh bosques y espesuras
plantadas por la mano del Amado;
oh prado de verduras
de flores esmaltado,
decid si por vosotros ha pasado! [...]
Mi Amado, las montañas,
los valles solitarios, nemorosos,
las ínsulas extrañas,
los ríos sonorosos,
el silbo de los aires amorosos,
la noche sosegada
en par de los levantes de la aurora,
la música callada,
la soledad sonora
la cena que recrea y enamora.[...]
¡Oh ninfas de Judea!
en tanto que en las flores y rosales
el ámbar perfumea,
morá en los arrabales
y no queráis tocar nuestros umbrales ...]
Y luego a las subidas
cavernas de la piedra nos iremos,
que están bien escondidas;
y allí nos entraremos
y el mosto de granadas gustaremos.

Vemos en ellos cómo la vividez imágenes viene dada por la sabiduría de unir sensaciones, recurriendo tanto a la vista (*prado de verduras de flores esmaltado, montañas, valles, ínsulas, la aurora*) como al oído (*los ríos sonorosos, el silbo de los aires amorosos, la música callada, la soledad sonora*), al gusto (*la cena que enamora, el mosto de granadas*) y el olfato (*el ámbar perfumea*).

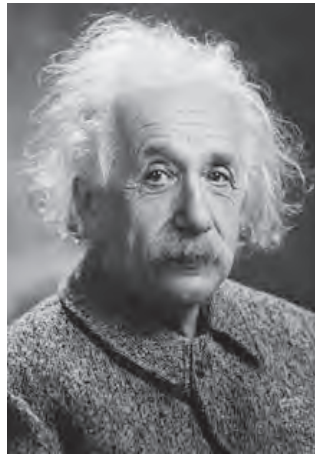
Pero en ese mismo lugar surgió el poema *Canciones que canta el alma* (conocido como *En una noche oscura*), en el que la vividez de las imágenes ya no viene dada por la vista y el oído que predominan en el anterior fragmento, sino por el tacto, el movimiento y el olor floral, puesto que para la cita secreta con el Amado, hay que esconderse en la oscuridad y no hacer ruido, como en el siguiente fragmento:

En mi pecho florido,
que entero para él solo se guardaba
allí quedó dormido,
y yo le regalaba
y el ventalle de cedros aire daba.

El aire del almena,
 cuando yo sus cabellos esparcía,
 con su mano serena
 en mi cuello hería
 y todos mis sentidos suspendía.
 Quédeme y olvidéme,
 el rostro recliné sobre el Amado,
 cesó todo y dejéme,
 dejando mi cuidado
 entre las azucenas olvidado.

Describen sus biógrafos varios milagros de este genio de la mística y la poesía. Quizá no sea el menor que describiese tales bellezas en un agujero oscuro, solo, teniendo por toda comida un poco de pan y, de cuando en cuando una sardina...o media. Claro que toda esa belleza era el reflejo de la que vivía en su interior, desde su intensa espiritualidad.

Albert Einstein



Este físico, considerado el más importante del siglo XX, junto con el alemán Max Planck, nació en 1879 y era un alemán de origen judío, que posteriormente se nacionalizó sucesivamente como suizo, austríaco y estadounidense. Además de físico teórico y matemático, fue también filósofo de la ciencia, profesor universitario y escritor. De sus muchas contribuciones científicas son especialmente destacables sus teorías de la relatividad especial y de la relatividad general, del efecto fotoeléctrico, de la equivalencia entre masa y energía, de la constante de Planck, etc.

Durante su etapa de estudiante de bachillerato en un instituto con una disciplina de estilo militar, tuvo muchas dificultades en sus relaciones con los profesores. Uno de ellos le declaró con convicción que “nunca conseguiría nada en la vida”. Sin embargo, a los quince años, obtuvo la máxima calificación en álgebra, física, geometría y trigonometría. A los diecisiete años ingresó en la Escuela Federal de

Zurich (Suiza), centro de prestigio internacional para el estudio de la ciencia. A los veinticinco años se casó con Mileva, compañera de estudios en el politécnico de Zurich, de la que afirmó que tenía un carácter tan fuerte e independiente como el suyo, y que, al parecer, le ayudó en sus investigaciones. Mileva se distinguió por su actitud feminista y radical. La tesis doctoral de Einstein, en la universidad de Zurich, sobre el efecto fotoeléctrico, contribuiría a que quince años después, en 1921, le concediesen el Premio Nobel de Física. A los veintinueve años obtuvo el contrato como profesor en la universidad de Berna (Suiza), y antes del comienzo de la primera guerra mundial fue nombrado miembro de la Academia Prusiana de Ciencias, donde se estableció durante dieciséis años.

Habiéndose divorciado de Mileva, a los treinta y nueve años, se casó con una prima tres años mayor que él.

La divulgación de sus teorías provocó muchos debates, en especial su teoría de la relatividad. Dos físicos ilustres, con Premio Nobel, de ideología nazi, atacaron sus teorías. A otros que las defendieron – como el físico Werner Heisenberg– por su actitud se les impidió tener puestos docentes.

Al morir se atendió su deseo de que no se celebrase un funeral solemne y con participación de personas ilustres. Su cuerpo fue incinerado (salvo el cerebro que se conservó para el estudio científico) antes de que la gente se enterase de su muerte. Estuvieron presentes doce personas.

Al comienzo de este escrito se citó una experiencia de espiritualidad típica de él, en la que se comprueba el profundo *sentimiento de espiritualidad cósmica* que le *embargaba, cuando contemplaba el universo*, objeto de sus investigaciones. Esta experiencia la vivía, o bien desde una posición agnóstica, o bien otras veces deísta. Afirmó con claridad que no se le podía considerar ni ateo ni panteísta. Si cabe aquí atribuirle uno de los estilos de personalidad –según la clasificación de Millon, 1998– como hipótesis puedo considerarlo con un *estilo de personalidad introvertida*.

Referencias

- Bucke, R. M. (1901). *Cosmic Consciousness: a study in the evolution of the human Mind*. Dutton.
- Comte-Sponville, A. (2006). *El alma del ateísmo. Introducción a una espiritualidad sin Dios*. Paidós.
- Einstein, A. (1980). *Mi visión del mundo*. Tusquets.
- Einstein, A. (2000). *Mis ideas y opiniones*. Antoni Bosch.
- El mundo (2013). «Tengo un sueño» por Martin Luther King. <https://www.elmundo.es/especiales/2013/internacional/martin-luther-king/texto-integro.html>
- Fernández-Rañada, A. (2016). *Los científicos y Dios*. Trotta.
- Gimeno-Bayón, A. (2015). *Psicología Transpersonal. Una visión personal. Cuestiones fundamentales de la Psicología Transpersonal*. Milenio.
- Gimeno-Bayón, A. (2019a). *Psicopatología y Psicoterapia de las experiencias transpersonales*. Desclée.
- Gimeno-Bayón, A. (2019b). *El desarrollo de las tendencias transpersonales. Lo Bello, lo Verdadero, lo Bueno, lo Uno*. Chiadoo Books.
- James, W. (1986). *Las variedades de la experiencia religiosa*. Península.
- Khalin Gibran, G. (1976). *El profeta*. Pomairé.

- Martín Velasco, J. (1993a). Religión [...] Fenomenología. En C. Floristán y J.L. Tamayo (eds.), *Conceptos fundamentales del Cristianismo* (pp. 478-496). Trotta.
- Martín Velasco, J. (1993b). Misterio. En C. Floristán y J. L. Tamayo (eds.), *Conceptos fundamentales del Cristianismo* (pp. 810-818). Trotta.
- Martín Velasco, J. (1993c). Experiencia religiosa. En C. Floristán y J. L. Tamayo (eds.), *Conceptos fundamentales del Cristianismo* (pp. 478-496). Trotta
- Maslow, A. (1973). *El hombre autorrealizado*. Kairós.
- Mata Amritanandamayi (2020, agosto 4). En *Wikipedia*. https://es.wikipedia.org/wiki/Mata_Amritanandamayi
- Millon, T. (1998). *Trastornos de la personalidad. Más allá del DSM-IV*. Masson.
- Otto, R. (1965). *Lo Santo. Lo racional y lo irracional en la idea de Dios*. Revista de Occidente (2ª ed.).
- Panikkar, R. (2005). *De la Mística. Experiencia plena de la vida*. Herder.
- Payne, R. (1971). *Gandhi*. Bruguera.
- Rosal, R. (2003). *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza? Ensayo de una ética desde la Psicología*. Desclée.
- Rosal, R. (2012). *Valores éticos o fuerzas que dan sentido a la vida. Qué son y quiénes los vivieron*. Milenio.
- Rosal, R. (2019). *Los potenciales psicológicos de la espiritualidad. Hacia una espiritualidad humanizada*. Hakabooks.
- Tagore, R. (1997). *Cristo*. PPC.
- Tagore, R. (1998). *La luna nueva. El jardinero. Ofrenda lírica*. Alianza.
- Tagore, R. (2003). *Obras selectas*. Tomo I. Edicomunicación.
- Tamames, R. (2019). *Buscando a Dios en el Universo*. Erasmus ediciones.
- Theresia a Matre Dei (1992). *Edith Stein. En busca de Dios*. Verbo Divino.
- Torralba, F. (2010). *Inteligencia espiritual*. Plataforma.
- Wilber, K. (1987). *Cuestiones cuánticas. Escritos místicos de los físicos más famosos del mundo*. Kairós.
- Yibrán Jalil Yibrán (2020, agosto 11). En *Wikipedia*. https://es.wikipedia.org/wiki/Yibr%C3%A1n_Jalil_Yibr%C3%A1n
- Yunus, M. (1998). *Hacia un mundo sin pobreza*. Andrés Bello.
- Yunus, M. (2008). *Un mundo sin pobreza. Las empresas sociales y el futuro del capitalismo*. Paidós.