Inteligencia *espiritual*

DANAH ZOHAR / IAN MARSHALL

La inteligencia que permite *ser creativo, tener valores y fe.*

Inteligencia *espiritual*

DANAH ZOHAR / IAN MARSHALL

Traducción de
Marcelo Covián

PLAZA & JANÉS EDITORES, S.A.

Título original: *SQ Spiritual Intelligence*

Primera edición: noviembre, 2001

© 2000, Danah Zohar e Ian Marshall
Publicado originalmente en el Reino Unido por Bloomsbury Publishing, Inc.
© de la traducción: Marcelo Covián
© 2001, Plaza & Janés Editores, S. A.
Travessera de Gràcia, 47-49. 08021 Barcelona

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

Printed in Spain – Impreso en España

ISBN: 84-01-37737-4
Depósito legal: B. 42.512 - 2001

Fotocomposición: Comptex & Ass., S. L.

Impreso en Limpergraf
Mogoda, 29. Barberà del Vallès (Barcelona)

L 377374

A la memoria de mi padre, Donald E. Logan

Toledo (Ohio), 1919-1981

ÍNDICE

NOTA DE LOS AUTORES 11
AGRADECIMIENTOS 13

PRIMERA PARTE

¿QUÉ ES IES?

1. Introduciendo IES 19
2. La crisis del sentido 31

SEGUNDA PARTE

LAS PRUEBAS CIENTÍFICAS
DE LA EXISTENCIA DE LA IES

3. Tres clases de pensamiento, tres clases de inteligencia . . . 49
4. Más sobre las oscilaciones neurales de 40 Hz,
la conciencia y la inteligencia espiritual 73
5. El *punto divino* en el cerebro 93

TERCERA PARTE

UN NUEVO MODELO DEL SER

Interludio: una breve historia de la humanidad 113
6. El loto del ser I: la capa del ego 121

7. El loto del ser II: el medio asociativo 133
8. El loto del ser III: el centro 147

CUARTA PARTE

USAR LA INTELIGENCIA ESPIRITUAL

9. Cómo nos volvemos espiritualmente aturdidos 159
10. Curándonos con la IES 175
11. Nuestro compás en el límite: usando la IES para crear una nueva ética 187
12. ¿Qué tipo de personalidad tengo? 201

QUINTA PARTE

¿PODEMOS MEJORAR NUESTRA IES?

13. Seis caminos a una mayor inteligencia espiritual 209
14. Evaluando mi IES 253
15. Ser espiritualmente inteligente en una cultura espiritualmente enfermiza 259

APÉNDICE 273
BIBLIOGRAFÍA 277
NOTAS 285
ÍNDICE TEMÁTICO 293

NOTA DE LOS AUTORES

Aunque el libro ha sido escrito en primera persona
por Danah Zohar, ambos autores
son responsables y creadores del contenido.

AGRADECIMIENTOS

Me gustaría agradecer a Quentin Baer y a Cambridge Management Consultants por su generosa contribución a la investigación y al proceso de redacción de este libro.

«La curación» de *The Complete Poems of D. H. Lawrence*, de D. H. Lawrence, editado por V. de Sola Pinto, F. W. Roberts, derechos © 1964, 1971 Angelo Ravagli y C. M. Weekley, albaceas testamentarios de Frieda Lawrence Ravagli. Reproducido con permiso de Viking Penguin, una división de Penguin Putnam Inc., y Laurence Pollinger Ltd.

Versos de «Pienso continuamente en aquellos que fueron verdaderamente grandes», de Stephen Spender, de *The Collected Poems*, y «Pequeños mareos» de *Cuatro cuartetos* de T. S. Eliot, reproducidos con permiso de Faber and Faber Limited.

Versos del Soneto 4 de *Sonetos a Orfeo,* de Rainer Maria Rilke, editado por C. F. MacIntyre, derechos © 1960. Reproducido con permiso de University of California Press.

Versos de *El señor de los anillos*, de J. R. R. Tolkien, reproducido con permiso de HarperCollins Publishers.

Versos de *Elegías de Duino,* de Rainer Maria Rilke, reproducido con permiso de Carcanet Press Limited.

Versos de *Gitanjali*, de Rabindranath Tagore, reproducidos con permiso de Visva-Bharati, Departamento de Ediciones, Universidad Visva-Bharati, Calcuta.

Versos de *Rilke on Love and Other Difficulties*, de Rainer Maria Rilke, © 1975, reproducidos con permiso de W. W. Norton & Co., Nueva York.

No me interesa lo que hagas para vivir.

Quiero saber lo que ansías, y si osas soñar con lo que desea tu corazón.

No me importa la edad que tengas.

Quiero saber si te arriesgas buscando como un loco el amor, los sueños, la aventura de estar vivo.

No me interesa saber qué planetas cuadran tu luna.

Quiero saber si has tocado el corazón de tu propio dolor, si te han abierto las traiciones de la vida o si te has contraído y cerrado
de miedo a más dolor. Quiero saber si te puedes sentar con el dolor, el mío
o el tuyo sin moverte para esconderlo o apagarlo o conciliarlo. Quiero saber si puedes estar con alegría, mía o tuya;
si puedes bailar con desenfreno y
dejar que el éxtasis te llegue a la yema de los dedos sin precaverte a ser cuidadoso, realista o a recordar las limitaciones del ser humano.

No me importa si lo que me cuentas es verdad.

Quiero saber si puedes desilusionar a alguien siendo fiel a ti mismo;
si puedes soportar la acusación de traición sin traicionar tu propia alma.
Quiero saber si puedes ser fiel y, por tanto, digno de confianza. Quiero saber si puedes ver la belleza aunque no sea bonita cada día, y si puedes
ver el origen de tu vida a partir de la presencia de Dios. Quiero saber si puedes vivir con el fracaso, el tuyo y el mío, y ponerte a orillas de un lago y gritarle a la luna plateada: «¡Sí!»

No me importa dónde vivas o cuánto dinero tengas.

Quiero saber si después de la noche del dolor y la desesperación, abatido y magullado hasta el tuétano, puedes levantarte y ocuparte de las necesidades de los niños.

No me interesa quién eres, ni cómo llegaste aquí.

Quiero saber si te quedarás conmigo en medio del fuego y no escaparás.

No me interesa qué o dónde o con quién has estudiado.

Quiero saber qué te sostiene por dentro cuando se derrumba todo lo demás.

Yo quiero saber si puedes estar solo contigo mismo; y si realmente te gusta la compañía que tienes en los momentos vacíos.

La invitación, inspirado por Oriah el Soñador de la Montaña,
anciano nativo americano, mayo de 1994.[1]

PRIMERA PARTE

¿QUÉ ES IES?

I

INTRODUCIENDO IES

En la primera parte del siglo XX, el CI (cociente de inteligencia) se convirtió en la gran novedad. La inteligencia intelectual o racional es lo que usamos para resolver problemas lógicos o estratégicos. Los psicólogos crearon tests para medirla y esas pruebas fueron el medio para clasificar a la gente en distintos niveles de inteligencia, algo conocido como cociente de inteligencia o CI que supuestamente podía medir la capacidad intelectual. Según la teoría, cuanto más alto el cociente, más inteligencia.

En los años noventa, Daniel Goleman[1] popularizó la investigación de numerosos neurocientíficos y psicólogos demostrando que la inteligencia emocional, o IE, tiene la misma importancia. La IE nos hace conscientes de los sentimientos propios y de los demás. Nos produce empatía, compasión, motivación y la capacidad de responder apropiadamente al dolor o al placer. Si se dañan las zonas cerebrales con que *sentimos*, *pensamos* con menor eficacia.

Ahora, a principios de un nuevo milenio, una gran cantidad de información científica reciente pero aún no digerida nos muestra que hay una tercera «I». La imagen global de la inteligencia humana se puede completar con un análisis de nuestra inteligencia espiritual, o IES. Por IES me refiero a la inteligencia con que afrontamos y resolvemos problemas de significados y valores, la inteligencia con que podemos poner nuestros actos y nuestras vidas en un contexto más amplio, más rico y significativo, la inteligencia con que podemos determinar que un curso de acción o un camino vital es más valioso que otro. IES es la base necesaria para el eficaz funcionamiento tanto del CI como de la IE. Es nuestra inteligencia primordial.

En su libro *Múltiples inteligencias*, Howard Gardner argumenta

que al menos hay siete tipos de inteligencia, incluyendo el musical, el espacial y el deportivo, así como el racional y el emocional. Pero en este libro argumentaré que todas nuestras inteligencias posiblemente infinitas pueden vincularse con uno de tres sistemas básicos del cerebro y que todas las inteligencias que describe Gardner son en realidad variaciones de las básicas CI, EI e IES y sus asociadas disposiciones neurales.

El diccionario Webster define el espíritu como «el principio animado y vital; lo que da vida al organismo físico en contraste con sus elementos materiales; el soplo de la vida». Los seres humanos somos esencialmente espirituales porque sentimos la necesidad de preguntarnos cuestiones «fundamentales» o «sustanciales». ¿Por qué nací? ¿Cuál es el significado de mi vida? ¿Por qué debo seguir adelante cuando me siento cansado o deprimido o frustrado? ¿Qué hace que todo esto valga la pena? Nos empuja y ciertamente define un deseo específicamente humano de hallar sentido y valor a lo que hacemos y experimentamos. Deseamos ver nuestras vidas en un contexto más amplio y significativo, se trate de una familia, la comunidad, un club de fútbol, el trabajo de nuestra vida, nuestro marco religioso o el mismo universo. Deseamos algo a que podamos aspirar, algo que nos lleve más allá de nosotros mismos y del presente, algo que nos proporcione valor a nosotros mismos y a lo que hacemos. Algunos antropólogos y neurobiólogos entienden que este deseo de significado y el valor evolutivo que confiere es lo que hizo bajar a los hombres de los árboles hace dos millones de años. La necesidad de que las cosas tuvieran sentido, dicen, dio paso a la imaginación simbólica, a la evolución del lenguaje y al extraordinario crecimiento del cerebro humano.[2]

Ni el CI ni la IE, por separado o en combinación, son suficientes para explicar toda la complejidad de la inteligencia del hombre ni la tremenda riqueza del alma y la imaginación humanas. Los ordenadores tienen un CI elevado. Saben cuáles son las reglas y las obedecen sin cometer errores. A menudo los animales tienen sólidas IE. Tienen un sentido de la situación en que están y saben cómo responder apropiadamente. Pero ni los ordenadores ni los animales preguntan *por qué* tenemos esas reglas o esta situación o si se pueden mejorar. Funcionan dentro de *limitaciones* y su juego es finito. La IES permite que los seres humanos sean creativos, cambien las reglas o alteren las situaciones. Nos permite jugar *con* las limitaciones y vivir un «juego infinito».[3] La IES nos da capacidad para discriminar. Nos transmite nuestro sentido moral, una capacidad para atemperar reglas rígidas con comprensión y compasión y una capacidad similar para ver cuándo la compasión y la comprensión han llegado a su límite. Usamos la IES para afrontar cuestiones sobre el bien y el mal e imaginarnos posibilidades no realizadas; para soñar, anhelar, levantarnos del lodo.

La IES difiere principalmente de la IE en este poder de transformación. Tal como la define Daniel Goleman, mi inteligencia emocional me permite precisar en qué situación me hallo y entonces comportarme adecuadamente. Esto representa trabajar *dentro* de los límites de la situación permitiendo que ella me guíe. Pero mi inteligencia espiritual me permite preguntar si en primer lugar quiero estar en esa situación determinada. ¿La cambiaría creando una mejor? Se trata de funcionar *con* los límites de mi situación permitiendo que yo mismo *la* guíe.

Por último y tal como veremos cuando consideremos la base neurológica de la IES, debido a que opera fuera del centro cerebral —y desde las funciones neurológicas unificadoras del cerebro—, integra *todas* nuestras inteligencias. La IES nos convierte en las criaturas plenamente intelectuales, emocionales y espirituales que somos.

Idealmente, nuestras tres inteligencias básicas funcionan juntas y se complementan. Nuestros cerebros están diseñados de modo que pueden hacerlo. Pero cada una de ellas —CI, IE e IES— tiene su propia área de acción y puede funcionar por separado. Es decir, necesariamente no somos óptimos en las tres de forma simultánea. Podemos tener una CI o una IE elevada, pero una baja IES. Se puede tener un CI alto, pero una IE o IES bajas.

TRES PROCESOS PSICOLÓGICOS

Toda la psicología occidental se basa en dos procesos. La IES introduce un tercero y por tanto exige una expansión de la psicología como ciencia y una mayor comprensión del ser humano.

Al principio, Freud definió los dos procesos psicológicos como primario y secundario. El primario se asocia con el id; es decir, con los instintos, el cuerpo, las emociones y el subconsciente. El secundario se asocia con el ego, la conciencia y la razón. Para Freud, el secundario era más elevado y superior: «Donde estaba el Id, estará el Ego.» Después de Freud, algunos otros a veces señalaron la mayor impor-

tancia del proceso primario. Pero toda la psicología posterior, incluyendo la ciencia cognitiva, ha mantenido esta estructura dual. El proceso primario podría denominarse IE (basado en la «red neural asociativa» del cerebro); el segundo, CI (basado en la «red serial» del cerebro).

Basada en estos dos procesos, la psicología occidental coloca efectivamente un agujero en medio del ser. Los procesos primario y secundario compiten entre sí por el control y la expresión. Ni la razón ni las emociones pueden apelar a nada más allá de ellas mismas. No poseen una fuente común con la que se puedan integrar y transformar. Carecen de dimensión transpersonal. El «ser» jungiano, o la «función trascendente de Jung» fue un intento de superar este abismo, pero la neurología no había avanzado lo suficiente en su tiempo (Jung falleció en 1961) para brindarle una sólida base científica a su avanzada psicología.

La IES (basada en el tercer sistema neural del cerebro, las neutrales oscilaciones sincrónicas que unifican la información por todo el cerebro) nos ofrece por primera vez un posible proceso terciario. Este proceso unifica, integra y posee el potencial de transformar el material que surge de los otros dos procesos. Facilita un apoyo para el crecimiento y la transformación. Brinda al ser un centro activo y unificador que da sentido a las cosas.

EL LOTO DEL SER

El descubrimiento de que la IES abre en la psicología un proceso terciario exige el desarrollo de un nuevo modelo psicológico del ser humano y su personalidad. Los modelos anteriores tenían dos «capas»; la exterior, la personalidad consciente y racional, y la interior, en gran parte asociaciones subconscientes, motivaciones, neurosis y elementos similares. El proceso terciario introduce una tercera capa o núcleo central.

En este libro, el ser se presenta como un loto de seis pétalos. La capa exterior de cada pétalo representa al ego distribuido entre los seis tipos o funciones posibles de personalidad que reconocen numerosos psicólogos. Me basaré en tres fuentes ampliamente investigadas: el trabajo de J. F. Holland sobre guía de vocaciones y seis tipos de personalidad, los seis tipos de Jung tal como los usa Myers-Briggs (introversión, extroversión, pensamiento, sentimiento, sensación e intuición), y en el trabajo de Cattell sobre motivación.

Cada lector encontrará los principales aspectos de su personalidad consciente distribuidos entre los pétalos del loto. Más profundamente, cada pétalo tiene su capa de proceso primario, su subconsciente y en parte sus asociaciones corporales, etc. En lo más profundo de esta capa inconsciente reside el inconsciente colectivo con sus arquetipos, tal como los describió Jung. En el centro del loto está la capa terciaria, el centro del ser del que sacamos la energía y el potencial para transformarnos. Los seis pétalos del loto y su centro también corresponden a los siete chacras del yoga Kundalini del hinduismo y a muchas otras estructuras místicas y mitológicas pertenecientes al budismo, la Grecia antigua, el pensamiento de los cabalistas judíos y los sacramentos cristianos.

Usando este modelo de loto con sus seis tipos de pétalos/personalidad, veremos seis maneras de estar espiritualmente atrofiado y seis maneras de ser espiritualmente inteligente. Esto proporciona al lector un mapa donde descubrir su propia personalidad, sus propias fortalezas y debilidades y su propio camino hacia el crecimiento y la transformación.

LA IES NO SE REFIERE A SER RELIGIOSO

La mayor preocupación de la gente actual es el sentido de las cosas. Muchos escritores afirman que la necesidad de encontrar sentido es la crisis central de nuestro tiempo. Tengo esa sensación cuando cada mes viajo al extranjero a dar conferencias ante un público de diversos países y culturas. Dondequiera que voy, cuando la gente se reúne a tomar una copa o compartir una comida, el tema elegido es Dios, el significado de las cosas, los valores, los anhelos espirituales. Hay muchos que hoy han alcanzado un nivel sin precedentes de bienestar material, pero sienten que quieren más. Muchos hablan de un vacío «aquí» señalándose el estómago. Ese «más» que les llenaría el vacío rara vez tiene que ver con la religión. Ciertamente, la mayoría de la gente que busca una realización espiritual no ve que sus anhelos guarden relación alguna con la religión.

La IES no tiene necesariamente conexión con la religión. Para algunos, la IES puede hallar un modo de expresión a través de la religión organizada, pero ser religioso no garantiza un alto coeficiente de IES. Muchos humanistas y ateos lo tienen y muy alto; otra gente rabiosamente religiosa lo tiene muy bajo. Unos estudios de hace cin

cuenta años del psicólogo Gordon Allport demostraban que la gente tiene más experiencias religiosas *fuera* de los confines de las instituciones religiosas que dentro de ellas.

La religión convencional es un conjunto externamente impuesto de reglas y creencias. Es jerárquica y proviene de sacerdotes, profetas y textos sagrados; se absorbe a través de la familia y la tradición. La IES, tal como la describe este libro, es una capacidad *interna* e innata del cerebro y la psiquis humanas que extrae sus recursos más profundos del meollo del mismo universo. Es una prestación desarrollada a lo largo de millones de años que permite al cerebro encontrar y usar significados en la solución de los problemas. Tenemos que usar nuestra IES innata para forjar nuevos rumbos, para encontrar alguna sana expresión de significado, algo que nos *emocione* y nos guíe desde nuestro interior.

La inteligencia espiritual es el alma de la inteligencia. Es la inteligencia que cura y nos hace completos. Muchos vivimos vidas fragmentadas y heridas. Anhelamos lo que el poeta T. S. Eliot llamó «una unión plena, una comunión más profunda»,[4] pero no hallamos medios para ello dentro de nuestro ser dominado por el ego o prisionero de los símbolos o instituciones existentes en nuestra cultura. La IES es la inteligencia que descansa en esa parte profunda del ser que está conectada con la sabiduría más allá del ego o de la mente consciente. Es la inteligencia con que no sólo reconocemos los valores existentes, sino que creativamente descubrimos nuevos valores. La IES no depende de la cultura ni de los valores. No sucede *a partir de* valores existentes, sino que más bien *crea* la posibilidad de tener valores. A lo largo de la historia humana, toda cultura conocida ha tenido algún acervo de valores aunque estos difieran de cultura en cultura. Por tanto, la IES es anterior a todos los valores específicos y a cualquier cultura. Asimismo, es anterior a cualquier forma de expresión religiosa. Hace posible (y quizá necesaria) la religión, pero no depende de ella.

Rumi, el poeta místico sufí del siglo XIII puede haber estado pensando en esta relación entre IES, valores y religión cuando pronunció las siguientes palabras:

> Yo no soy cristiano, no soy judío, no soy zoroástrico,
> ni siquiera soy musulmán.
> No pertenezco a la tierra ni a ningún océano conocido o desconocido.
> Ni la naturaleza ni el Cielo pueden poseerme ni conminarme.

> Tampoco pueden hacerlo la India, China, Bulgaria.
> Mi lugar de nacimiento es la tierra de nadie.
> Mi señal es no dar señal.
> Veis mi boca, orejas, nariz: no son mías.
> Yo soy la vida de la vida.
> Soy ese gato, aquella piedra, nadie.
> He arrojado lejos la dualidad como un trapo viejo.
> Veo y conozco todas las épocas y todos los mundos
> como uno, uno, siempre uno.
> Por tanto, ¿qué he de hacer para que admitáis quién está hablando?
> ¡Admitidlo y cambiadlo todo!
> Esa es vuestra propia voz que retumba en los muros de Dios.[5]

Lo que aquí denomino IES o inteligencia espiritual es esa voz que retumba en los muros del Dios de Rumi. A medida que avancemos en este libro, se verá claramente esa identificación.

LA PRUEBA CIENTÍFICA DE LA IES

La IES es una capacidad tan vieja como la humanidad, pero su concepto se desarrolla en detalle por primera vez en este libro. Hasta la fecha, la ciencia y la psicología científica no han logrado analizar el significado y su papel en nuestras vidas. A los científicos no les resulta nada fácil aceptarla porque la ciencia actual no está equipada para estudiar fenómenos que no se pueden medir objetivamente.

Sin embargo, han aparecido gran cantidad de pruebas de la existencia de la IES en recientes estudios neurológicos, psicológicos y antropológicos sobre el pensamiento humano y los procesos lingüísticos. Los científicos ya han completado gran parte de la investigación básica poniendo al descubierto las fundaciones neurales de la IES en el cerebro, pero el paradigma dominante del CI ha eclipsado un estudio más a fondo de esa información. Este libro presenta cuatro corrientes específicas de investigación que hasta ahora no se han difundido lo suficiente debido a la naturaleza altamente especializada de la ciencia actual.

a) A inicios de los años noventa, el neuropsicólogo Michael Persinger, y más recientemente, en 1997, el neurólogo V. S. Ramachandran y su equipo de la Universidad de California, llevaron a cabo investigaciones sobre la existencia del *punto divino* en el cerebro hu-

mano. Este centro espiritual incorporado está localizado entre las conexiones neurales de los lóbulos temporales del cerebro. En los escáneres tomados con topografía de emisión de positrones, estas zonas neurales se iluminan siempre que los sujetos estudiados deben hablar sobre temas espirituales o religiosos. Estos varían con las culturas: los occidentales reaccionan ante la mención de «Dios»; los budistas y otros lo hacen ante símbolos significativos para ellos. Hace años que esas actividades en el lóbulo temporal habían sido asociadas a las visiones místicas de los epilépticos o de la gente que toma LSD. El trabajo de Ramachandran es el primero en demostrar que también ocurren en gente normal. El *punto divino* no prueba la existencia de Dios, sino que el cerebro ha evolucionado para hacer preguntas trascendentales y usar una sensibilidad para significados y valores más profundos.

b) El trabajo del neurólogo austriaco Wolf Singer en los años noventa sobre el «problema de fijación» prueba que existe un proceso neural en el cerebro dedicado a unificar y dar significado a nuestra experiencia, un proceso neural que literalmente «fija» nuestra experiencia. Antes del trabajo de Singer sobre las oscilaciones neurales unificadoras y sincrónicas a lo largo y ancho del cerebro, los neurólogos y los científicos cognitivos sólo reconocían dos formas de organización cerebral neural. Una de estas formas, la de conexiones neurales en serie, es la base de nuestro CI. Los tractos neurales conectados serialmente permiten que el cerebro acate normas, piense lógica y racionalmente, paso a paso. En la segunda forma de red de organización neural, grupos de cientos de miles de neuronas están conectados al azar con otros grupos múltiples. Estas redes son la base de nuestra IE, nuestra inteligencia impulsada por emociones, reconocedora de pautas y creadora de hábitos. Existen tanto los ordenadores seriales como paralelos y tienen capacidades diferentes, pero ninguno de los dos pueden operar con significados. Ningún ordenador existente puede preguntar «¿Por qué?». El trabajo de Singer sobre las oscilaciones neurales unificadoras ofrece la primera pista de un tercer tipo de pensamiento, el pensamiento unitario, y su correspondiente modelo de inteligencia, la IES, que puede tratar esas cuestiones.

c) Como resultado del trabajo de Singer, la investigación de mediados de los años noventa de Rodolfo Llinas sobre la conciencia dormida y despierta y la conexión de eventos cognitivos en el cerebro ha sido muy reforzada por la nueva tecnología MEG (magnetoencefalográfica) que permite estudios en todo el cráneo de los campos eléctricos de oscilación y sus asociados campos magnéticos.

d) Terrance Deacon, neurólogo y antropólogo biológico de la Universidad de Harvard, ha publicado recientemente una obra sobre los orígenes del lenguaje humano (*The Symbolic Species*, 1997). Deacon demuestra que el lenguaje es una actividad excepcionalmente humana, esencialmente simbólica y centrada en el significado que evolucionó a la par del rápido desarrollo de los lóbulos frontales del cerebro.

Ningún ordenador existente ni los simios más inteligentes pueden usar lenguaje porque carecen del lóbulo frontal para lidiar con significados. Este libro demostrará que todo el programa de investigación de Deacon sobre la evolución de la imaginación simbólica y su correspondiente papel en el cerebro y en la evolución social sostiene y apuntala la inteligencia que llamamos IES.

USANDO LA IES

En términos evolutivos, el trabajo neurobiológico de Deacon sobre el lenguaje y la representación simbólica demuestra que hemos utilizado literalmente la IES para hacer crecer nuestros cerebros. La IES nos ha «conectado» para convertirnos en la gente que somos y nos ha brindado el potencial de otras «conexiones» para el crecimiento y la transformación y para una mayor evolución de nuestro potencial humano.

La usamos para ser creativos. Recurrimos a ella cuando necesitamos ser flexibles, visionarios o creativamente espontáneos.

La utilizamos para lidiar con problemas existenciales, problemas con que nos sentimos atascados, atrapados por nuestros propios hábitos del pasado o por neurosis o problemas de enfermedad y desdicha. La IES nos hace conscientes de que tenemos problemas existenciales y nos permite resolverlos o al menos encontrar una cierta paz pese a ellos. Nos da un sentido «profundo» sobre la lucha por la vida.

La IES es nuestro compás «al límite». Los problemas existenciales más duros existen fuera de lo conocido y cotidiano, fuera de las normas, más allá de la pasada experiencia, más allá de lo que sabemos controlar. En la teoría del caos, el «límite» es la frontera entre caos y orden, entre saber tranquilamente lo que somos y estar absolutamente perdidos. Es el sitio en que podemos ser más creativos. La IES, nuestro sentido profundo e intuitivo de significado y valor, es nuestra guía en el límite. Es nuestra consciencia. (En hebreo, las palabras para

«consciencia», «compás», y «verdad oculta y profunda del alma», tienen la misma raíz.)

Podemos usar la IES para volvernos espiritualmente inteligentes sobre la religión. Nos lleva al meollo de las cosas, a la unidad allende las diferencias, al potencial inefable más allá de cualquier expresión concreta. Nos puede poner en contacto con el significado y el espíritu esencial más allá de todas las grandes religiones. Una persona de alta IES puede practicar cualquier religión, pero sin estrechez mental, fanatismo ni prejuicios. Del mismo modo, una persona de alta IES puede tener grandes cualidades espirituales sin ser religioso.

La IES nos permite integrar lo intrapersonal con lo interpersonal, superar el abismo entre el ser y el otro. Daniel Goleman escribió sobre emociones intrapersonales, o dentro del ser, y emociones interpersonales, las que compartimos con los demás o usamos para relacionarnos con ellos. Pero la mera IE no puede ayudarnos a superar el abismo. Es menester la IES para comprender quiénes somos y lo que significan las cosas para nosotros, y cómo estas dan a los demás y a sus significados un sitio en nuestro propio mundo.

Usamos la IES para avanzar con mayor plenitud hacia la persona desarrollada que tenemos el potencial de llegar a ser. Cada uno forma su propio carácter por medio de una combinación de experiencia y visión, una tensión entre lo que realmente hacemos y las cosas mejores y más importantes que podríamos llegar a hacer. Al nivel de puro ego, estamos centrados en el yo, somos egoístas, materialmente ambiciosos y demás. Pero también tenemos visiones transpersonales de bondad, belleza, perfección, generosidad, sacrificio. La IES nos ayuda a traspasar nuestro ego inmediato y alcanzar esas capas más profundas de potencialidad que se esconden en nosotros. Nos ayuda a vivir la vida a un nivel más profundo de significado.

Y finalmente, podemos usar la IES para afrontar los problemas del mal y el bien, de la vida y la muerte, los orígenes más profundos del sufrimiento y desesperación humanos. Demasiado a menudo tratamos de ignorar esos problemas racionalizándolos para no empantanarnos emocionalmente o ser destruidos por ellos. A fin de lograr una plena posesión de nuestra inteligencia espiritual debemos haber visto en algún momento la faz del infierno, haber conocido en carne propia la posibilidad de la desesperación, el dolor, el sufrimiento profundo y la pérdida, y haber logrado la paz con todo ello. «Cuando estás en paz con la pérdida —dice el *Tao Te Ching*, el antiguo texto chino—, se la vive voluntariamente.» Tenemos que haber deseado con

desesperación y en las entrañas de nuestro ser un sentido que nos acaricie, una intimidad de algo fresco, algo puro, algo lleno de vida. En ese anhelo tenemos la esperanza de encontrar aquello que deseamos y de poder compartir los frutos de ese descubrimiento creativo con los demás. Un místico del siglo XX, el rabino Abraham Heschel dijo: «Estamos más cerca de Dios cuando preguntamos que cuando pensamos que tenemos la respuesta.»[6] En la misma vena, Blaise Pascal, el filósofo y místico francés, escribió en nombre de Dios: «No me buscarías si ya me hubieses encontrado.»

TEST DE IES

Las características para una alta IES incluyen:

- capacidad de ser flexible (activa y espontáneamente adaptable)
- poseer un alto nivel de conciencia de sí mismo
- capacidad de afrontar y usar el sufrimiento
- capacidad de afrontar y trascender el dolor
- la cualidad de ser inspirado por visiones y valores
- reluctancia a causar daños innecesarios
- tendencia a ver las relaciones entre las cosas (ser «holístico»)
- marcada tendencia a preguntar «¿Por qué?» o «¿Y si?» y a pretender respuestas fundamentales
- ser lo que los psicólogos denominan «independiente de campo», es decir, poseer una facilidad para estar contra las convenciones.

Es posible que una persona de alta IES llegue a ser un líder eficaz; alguien responsable de brindar una mejor visión y valores a los demás y enseñarles cómo usarlos; en otras palabras, una persona que inspira a los demás. Este libro planteará preguntas a través de las cuales los lectores podrán medir su propia IES. Asimismo, hablaremos con gente famosa de alta y baja IES.

MEJORANDO LA IES

En la sociedad moderna, la IES es baja. Vivimos en una cultura espiritualmente pobre caracterizada por el materialismo, la eficacia, la estrechez de miras y carencia de significado y compromiso. Pero

como individuos podemos actuar para mejorar nuestra IES. Ciertamente un mayor progreso de la sociedad depende de que lo hagan suficientes individuos. En general, podemos mejorar nuestra IES aumentando el uso del proceso terciario, o sea, nuestra tendencia a preguntar por qué, a buscar conexiones entre las cosas o a poner de manifiesto las creencias que hemos creado sobre el sentido que tienen las cosas en sí mismas o más allá de ellas, a ser más reflexivos, a ir más allá de nosotros mismos, a asumir responsabilidades, a ser más conscientes de nosotros mismos, a ser más honestos con nosotros mismos y a ser más valientes.

El libro acaba con un capítulo sobre cómo ser espiritualmente inteligente en una cultura espiritualmente pobre. La cultura occidental, dondequiera que se halle en este planeta, rebosa de lo inmediato. Lo superficial, la egoísta manipulación de las cosas, la experiencia y los demás. Usamos mal nuestras relaciones y nuestro entorno así como el sentido humano más profundo. Sufrimos una terrible pobreza de imaginación simbólica. Ignoramos las cualidades humanas y nos concentramos en actividades frenéticas, en «ganar y gastar». Menospreciamos fatalmente lo sublime y lo sagrado dentro de nosotros mismos, de los demás y de nuestro mundo. Como dice el dramaturgo americano John Guare en *Seis grados de separación*:

> Una de las grandes tragedias de nuestro tiempo es la muerte de la imaginación. Porque ¿qué otra cosa es la parálisis?
>
> Creo que la imaginación es el pasaporte que creamos para que nos transporte al mundo real. Es otra forma de lo que realmente somos.
>
> Enfrentarnos a nosotros mismos. Eso es lo difícil. La imaginación es el regalo que Dios nos ha dado para que soportemos el acto de examinarnos a nosotros mismos. Nos enseña cuáles son nuestros límites y cómo crecer superándolos... La imaginación es el sitio al que todos ansiamos llegar.[7]

Por medio de un uso instruido de nuestra inteligencia espiritual, y mediante la honestidad personal y el coraje que requiere esa instrucción, podemos volver a conectarnos con las fuentes y los significados profundos y usar esa reconexión para causas y procesos mucho más importantes que nosotros mismos. En ese servicio podemos hallar la salvación. Nuestra mayor salvación puede depender de servir a nuestra propia imaginación más profunda.

2

LA CRISIS DEL SENTIDO

> La búsqueda de sentido es la primera motivación de la vida de un hombre y no una «racionalización secundaria» de impulsos instintivos. Este sentido es único y específico ya que debe y puede ser hallado por cada hombre a solas; sólo entonces adquiere una importancia que satisfará su propia *voluntad* de significado.
>
> VIKTOR FRANKL, *Man's Search for Meaning*

Una de las visiones más profundas y novedosas de la ciencia del siglo XX es que los conjuntos pueden ser mayores que la suma de sus partes. El conjunto contiene una riqueza, una perspectiva y una magnitud de las que carecen las partes.

En este caso, la ciencia nos ayuda a comprender lo espiritual. Tal como se usa en el libro este concepto, experimentar «lo espiritual» significa estar en contacto con algún conjunto más grande, profundo y rico que sitúa nuestra presente situación limitada en una nueva perspectiva. Es poseer un sentido de «algo más allá», de «algo más» que confiere sentido y valor añadidos en lo que ahora somos. Ese «algo más» espiritual puede ser una realidad social más profunda o una red social de significados. Puede ser conciencia o hallazgo de dimensiones mitológicas, arquetípicas o religiosas de nuestra situación. Puede ser un sentido más profundo de la verdad o la belleza. Y puede ser abrirse y adaptarse a una sensación profunda y cósmica del todo, una sensación de que nuestras acciones forman parte de un mayor proceso universal.

Sea cual fuere nuestro uso específico de lo espiritual, sin él nuestra visión queda nublada, nuestras vidas parecen pobres y nuestros objetivos penosamente finitos. Tal como escribió el poeta William Blake, «Si las puertas de la percepción están limpias, todo se nos aparecerá tal como es: infinito».

Como dice Viktor Frankl, la búsqueda de sentido es la motivación fundamental de nuestras vidas. Esta busca nos convierte en las criaturas espirituales que somos. Y cuando esta profunda necesidad de sentido no se satisface, la vida se vuelve superficial o vacía. En muchos de nosotros, hoy esta necesidad no está satisfecha y por ende la crisis fundamental de nuestro tiempo es espiritual.

Hace muy poco recibí un e-mail de un ejecutivo sueco pidiéndome encontrarse conmigo en mi próxima visita a Estocolmo. Decía que debía tomar una importante decisión en su vida y que esperaba poder comentarla conmigo. Cuando nos encontramos, lo noté nervioso y tenso como queriendo ir al grano.

Anders, tal como lo llamaré, me dijo que estaba en la treintena. «Dirijo una importante y próspera empresa aquí en Suecia. Gozo de buena salud, tengo una familia maravillosa y una buena posición en la comunidad. Supongo que tengo "poder". Pero aun así no estoy seguro de qué estoy haciendo con mi vida. No estoy seguro de estar en el buen camino haciendo el trabajo que hago.» Siguió diciendo que le preocupaba el estado del mundo, en especial el medio ambiente global y la ruptura de las comunidades, y prosiguió diciendo que sentía que la gente evitaba la escala real de los problemas que afrontaba. Las grandes empresas como la suya, opinaba, eran especialmente culpables de no afrontar esos problemas. «Quiero hacer algo al respecto —continuó—, quiero por así decirlo usar mi vida para servir, pero no sé cómo. Sólo sé que quiero formar parte de la solución, no del problema.»

Anders describió su desasosiego como un «problema espiritual» y dijo que atravesaba una «crisis espiritual». Es algo típico que les sucede a los jóvenes sensibles de hoy día. Cuando al día siguiente les conté esta historia a un grupo de ejecutivos a quienes daba una conferencia, cuatro de ellos se me acercaron después y me preguntaron: «¿Cómo conocía mi historia?» Horas después, un grupo de estudiantes de instituto suecos que me entrevistaron me hicieron la misma pregunta sobre su propio futuro. «Queremos servir. Queremos cambiar el mundo. No queremos repetir la mierda que su generación nos ha echado encima. ¿Qué podemos hacer? ¿Nos integramos en el sistema o seguimos fuera?» Esto no tenía nada que ver con creencias o religiones. Estos jóvenes se describen a sí mismos como depositarios de un problema espiritual porque se preguntan cómo conseguir una vida que tenga sentido. Quieren vivir dentro de un contexto más amplio de significado y valores. Tienen lo que Viktor Frankl denomina una *voluntad* de sentido; sin embargo, se sienten frustrados en el mundo de hoy.

La búsqueda de sentido es evidente en muchos aspectos de nuestras vidas. ¿Qué sentido tiene mi vida? ¿Qué sentido tiene mi trabajo? ¿O esta empresa que he creado o para la que trabajo? ¿O esta relación? ¿Por qué estudio para esta oposición? ¿Qué significa para mí? ¿Qué significa que un día moriré? ¿Por qué comprometerme con esto o aquello, con una persona u otra o con cualquier cosa? Dos de las mayores causas de muerte en el mundo occidental, suicidio y alcoholismo, están a menudo relacionadas con esta crisis de significado.

La gente de otros tiempos no se hacía estas preguntas. Sus vidas estaban inmersas en un marco estable. Tenían tradiciones vivas. Dioses vivos, comunidades vivas, códigos morales que funcionaban, problemas con límites conocidos y objetivos claros, pero en tiempos modernos hemos perdido lo que algunos filósofos llaman una vida que «se da por sentada». Hemos quedado con problemas existenciales o espirituales y la necesidad de desarrollar una inteligencia que pueda afrontarlos. Una mera inteligencia racional no es suficiente. Las razones que busca la gente para vivir sus vidas no son racionales ni tampoco puramente emocionales. Para la gente no es suficiente encontrar la felicidad dentro del marco existente. Quieren cuestionar ese marco y el valor de sus vidas actuales y encontrar nuevos valores, ese escurridizo «algo más».

¿Qué es este «algo más»? ¿Por qué necesitamos la inteligencia espiritual para encontrarlo? ¿Por qué decimos que encontrar sentido es el asunto fundamental de nuestro tiempo? ¿Han cambiado los tiempos o han aumentado las necesidades de la gente? ¿Ha entrado acaso la misma inteligencia en una nueva fase de la evolución? Estos son algunos de los interrogantes que debemos considerar urgentemente.

En mi propia vida, el sentido de las cosas siempre ha sido un asunto sangrante porque nunca percibí un sentido heredado y obvio. Mis padres se separaron antes de que yo cumpliera los tres años y se divorciaron cuando tenía cinco. Nunca conocí a mi padre ni a su familia de inmigrantes polacos de clase obrera. Pasé la infancia con mis abuelos cuyas vidas tenían sus raíces en una vieja cultura rural y una religión tradicional, pero para mi madre y sus contemporáneos estas eran formas absurdas que sólo servían para «impresionar a los vecinos». Mi madre me enseñaba normas que ella no cumplía y principios en los que no creía. Crecí en el Estados Unidos que acababa de pasar el macarthismo y se encaminaba a Vietnam. Los líderes nacio-

nales que hablaban de ideales y valores y que fueron mis héroes resultaron asesinados: John Kennedy, Martin Luther King y Bobby Kennedy.

La nuestra era una familia acomodada de clase media, pero mi padrastro pasaba de un trabajo a otro y de un lío extramatrimonial a otro mientras, muy inteligente, tomaba pastillas «para no tener que pensar». Luego se suicidó para no pensar definitivamente. En la última etapa de mi infancia tuve muy pocos parientes próximos, la mayoría se mudaba de ciudad o de estado y los vecinos eran también bastante fugaces. Asistí a seis escuelas diferentes. Primero busqué mis raíces en la religión de los abuelos, luego en otras, pero esta búsqueda de muchos años nunca me ha dejado satisfecha con ninguna religión determinada. Al igual que Anders, he buscado el sentido de las cosas toda mi vida adulta, una forma de vivir o una visión con la que vivir que fuera más allá de mis límites.

Mi historia no es atípica. Nuestra época moderna está definida por cosas como rupturas de familia, comunidades o religiones, la ausencia de héroes y las multitudes de jóvenes que luchan por que sus vidas tengan sentido. Vivimos una época en que no hay objetivos claros, reglas ni valores claros, ningún modo claro de crecer ni una visión clara de responsabilidad.

Carecemos de un amplio contexto donde situar nuestras vidas, un flujo natural de significado del que podamos formar parte. De muchas maneras, este desierto espiritual es el producto de nuestra elevada inteligencia racional. Por medio de la razón nos hemos alejado de la naturaleza, de nuestros semejantes y de la religión. En nuestro gran salto tecnológico hacia adelante, hemos dejado atrás la cultura tradicional y los valores que implicaba. Nuestro CI ha reducido las horas de trabajo, aumentado la riqueza y la longevidad e inventado incontables baratijas, algunas de las cuales hoy amenazan con destruir nuestro entorno y a nosotros mismos. Pero no hemos encontrado el modo de que todo esto valiera la pena.

La cultura moderna es espiritualmente pobre no sólo en Occidente, sino cada vez más en esos países asiáticos influenciados por Occidente. Con «espiritualmente pobre» quiero decir que hemos perdido el sentido de los valores fundamentales, aquellos enraizados a la tierra y sus estaciones, al día y a las horas que pasan, a los instrumentos y rituales cotidianos de nuestras vidas, al cuerpo y sus cambios, al trabajo y sus frutos, a las etapas de la vida y a la muerte como fin natural. Vemos, usamos y experimentamos sólo lo inmediato, visible y pragmático. Estamos ciegos ante los niveles más profundos de símbolos y significados que nos colocarían, junto con nuestros objetos y actividades, en un superior marco existencial. No somos ciegos al color, sino al sentido. ¿Cómo hemos llegado a esto?

EL CENTRO PERDIDO

Mientras escribía este libro, mi familia y yo hemos pasado un mes de Navidad cada año en Nepal. Este mágico tiempo pasado en una cultura premoderna hindú o budista es tan rico en colores, sonidos, aromas y significados que ha influenciado muchas de las ideas que se expresan a lo largo de este libro. Por jóvenes y románticos, nuestros hijos adolescentes se han dispuesto a cambiar toda su riqueza y comodidad occidentales por la pobreza del Nepal. «¡No volvamos nunca a casa!», nos rogaban al final de cada visita. Mis reacciones y las de mi marido han sido más complejas.

La sociedad nepalí se aferra a cosas que no existen en casa: fuertes lazos comunitarios y familias numerosas, vivas tradiciones espirituales compartidas por todos, la espontaneidad y el apremio de la vida cotidiana, la riqueza simbólica de la vestimenta, los alimentos, la vida y la muerte, las pautas repetitivas de la vida diaria, el cuidado y las reverencias que emplean en el diseño de objetos corrientes como platos y carros, las simples y repetitivas pautas de cada día, las cosechas y los festivales estacionales. Pero nosotros sabemos que estas cosas no son propias de nuestra cultura. Nepal es profundamente espiritual (pleno de sentido trascendental) porque su vida cotidiana está imbuida de una rica cultura espiritual. Muy diferente de nuestra actual cultura occidental.

Las pocas culturas tradicionales como la nepalí que aún sobreviven pertenecen a una etapa anterior de la consciencia humana. Las denomino «culturas asociativas» porque sus hábitos y valores están marcados por un estilo de pensamiento «asociativo» que está ligado al hábito y la tradición y que vive del reconocimiento y la repetición de pautas conocidas (volveremos al tema en el capítulo 3). También las llamo culturas del «centro saludable» porque sus fuerzas y debilidades son las de la capa media del ser, la capa que Freud llamaba el «proceso primario», o Ken Wilber «prepersonal», y que yo coloco en la capa media del Loto del Ser, junto con las imágenes mitológicas y los arquetipos del subconsciente de Jung.

En la imagen del loto usada a lo largo de todo este libro, el yo tiene una periferia (racional), un centro asociativo (emocional) y un centro unitivo (espiritual). Un yo equilibrado y espiritualmente inteligente necesita algo de cada capa, pero en las sociedades tradicionales, tanto las de Occidente que precedieron a Descartes y el principio de la Ilustración en el siglo XVII y aquellas del llamado Tercer Mundo actual como Nepal, el centro estimulante, vigorizante y significativo, el nivel espiritual unificador de la existencia, reside en la capa del medio. Las tradiciones de la comunidad encapsulan valores y visiones espirituales profundas de modo que el individuo se relaciona con el centro espiritual mediante su cultura y sus propias tradiciones. No tiene que conectarse directamente con el centro en solitario, como individuo.

Por ejemplo, muy pocos de los artesanos que construyeron las grandes catedrales francesas del Medioevo conocían a rajatabla los principios de la arquitectura sagrada, pero los interiorizaron mientras aprendían el oficio. Pocos campesinos medievales tenían que considerar el significado de sus vidas o de su trabajo porque estos estaban inmersos en las necesidades y tradiciones de la vida cotidiana. Un joven de una tribu tradicional de Nigeria, al definirme sus valores personales me dijo que eran «las cosas que heredé de mis padres; yo construyo sobre esa base, pero el meollo no cambia». Toda la vida en esas sociedades tradicionales era o es menos consciente de sí misma que en nuestra sociedad actual. Así como cuando conducimos un coche o andamos en bicicleta no sopesamos conscientemente cada movimiento que hacemos, del mismo modo en las sociedades con una rica capa media la gente confía en los valores espirituales, en las redes de significados y en los hábitos sociales que son patrimonio de toda la comunidad.

La sociedad compartida simplemente no existe para la mayoría de la gente urbana de nuestro mundo. Estamos muy necesitados de esa capa media asociativa e integral de nuestro yo. Contamos con pocas tradiciones colectivas que superen el nivel prosaico de la vida cotidiana y que nos conecten con el origen y significado más profundos de nuestras comunidades y de nuestras vidas en ellas. Tenemos pocos «dioses» y «diosas», héroes colectivos cuyas vidas ejemplifiquen algún nivel más hondo de posibilidad o aspiración humana y que nos toque con un sentido de gracia. El duelo global que se produjo tras la muerte de Diana, la princesa de Gales, puso de manifiesto la medida y la profundidad de nuestra necesidad por figuras semejantes. La suya fue una vida que ejemplificó una espontaneidad, una calidez, una cualidad amorosa y una vulnerabilidad que ansiamos contactar por medio de algún icono o símbolo colectivo.

En ausencia o carestía de este sano centro asociativo, sólo nos queda encontrar o crear nuestro propio sentido de las cosas o simplemente sentir su pérdida. A menudo hemos intentado reemplazar esta ausencia dando una importancia exagerada a nuestros propios egos individuales, a nuestras ambiciones y supuestas necesidades. Hemos buscado en la capa del ego recursos que allí no existen. Privados del centro profundo y significativo, estamos atrapados en la periferia fragmentada de la vida, aislados en los pétalos exteriores del Loto. Como resultado, con frecuencia buscamos sentido en actividades distorsionadas o periféricas como el materialismo, el sexo promiscuo, la rebelión insensata, la violencia, el abuso de drogas o el ocultismo de la New Age.

EL PAPEL DE LA CIENCIA

En Occidente, la cultura tradicional y todas las razones y valores que la acompañaban empezaron a derrumbarse como resultado de la revolución científica del siglo XVII y el auge consiguiente del individualismo y el racionalismo. El pensamiento de Isaac Newton dio pie no sólo a la tecnología que llevó a la Revolución Industrial, sino también a una seria erosión de las creencias religiosas y del marco filosófico que habían caracterizado a la sociedad. La nueva tecnología trajo consigo muchas bendiciones, pero también desplazó a la gente del campo a las grandes ciudades, fracturó comunidades y familias, relegó tradiciones y oficios e hizo que la confianza en los hábitos y en la repetición fuera prácticamente imposible. Los significados y valores asociativos fueron arrancados del suelo en el que habían crecido. La consecuente revolución filosófica desarraigó el alma humana.

Los principios centrales de la filosofía de Newton pueden verse en las palabras «atomismo», «determinismo» y «objetividad». Aunque suenen abstractos y remotos, los conceptos que estas palabras representan nos han impactado en medio de nuestro ser.

El atomismo es la visión de que en última instancia el mundo consiste en fragmentos, en partículas aisladas en el espacio y el tiempo. Los átomos son cosas duras e impenetrables con límites fijos e inalterables: no pueden penetrarse, sino relacionarse por medio de

acción y reacción. Se empujan entre sí o buscan medios de evitarse. John Locke, el fundador de la democracia liberal en el siglo XVIII, utilizó átomos para su modelo de individuos, las unidades básicas de la sociedad. El conjunto social, afirmó, era una ilusión; primaban los derechos y necesidades de cada individuo. El atomismo también es la piedra fundacional de la visión psicológica de Freud y su «teoría de relaciones de los objetos».

Según dicha teoría, cada uno de nosotros está aislado dentro de los confines impenetrables del ego. Tú eres un objeto para mí así como yo lo soy para ti. Jamás podremos conocernos de un modo fundamental. El amor y la intimidad son imposibles. «El mandamiento de amar al prójimo como a ti mismo —señaló Freud— es el mandamiento más imposible jamás escrito.» Todos los valores, creía él, eran una mera proyección del superego, las expectativas de los padres y de la sociedad. Tales valores representaban una carga demasiado pesada para el ego y nos enfermaban con lo que él llamó «neurosis». En su opinión, una persona enteramente moderna debía liberarse de una expectación tan irracional y seguir principios como cada hombre por sí mismo o la supervivencia de los mejores.

El determinismo de Newton enseñaba que el mundo físico está gobernado por leyes de acero: las tres leyes del movimiento y la ley de la gravedad. Todo en el mundo físico es predecible y por tanto a la postre controlable. B siempre seguirá a A en las mismas circunstancias. No puede haber sorpresas. Freud también hizo uso de este determinismo en su nueva «psicología científica» afirmando que el ego desvalido es empujado desde abajo por las fuerzas oscuras del instinto y la agresión del id y presionado desde arriba por las imposibles expectativas del superego. Nuestras experiencias y nuestro comportamiento de toda la vida están determinados por completo por estas fuerzas conflictivas y las experiencias de nuestros primeros cinco años de vida. Somos víctimas de nuestras experiencias, espectadores desafortunados de un guión escrito por otros. La sociología y el moderno sistema legal han reforzado esta idea.

Aunque la mayoría de la gente sepa muy poco del determinismo de Newton o del id y el superego de Freud, cunde por todas partes la sensación de que estamos aislados, que somos víctimas pasivas de fuerzas mucho mayores que nosotros mismos y que no podemos cambiar nuestras vidas y mucho menos el mundo. Nos preocupa, pero no sabemos cómo asumir la responsabilidad. Un joven de unos veinte años me dijo: «Me he sentido abrumado por la confusa fragmentación del mundo y, al no ser capaz de verle sentido o de hacer algo al respecto, he caído en la apatía y la depresión.»

La objetividad de Newton, u «objetivismo», como prefiero denominarlo, ha reforzado esta sensación de aislamiento e impotencia. Al fundar el nuevo método científico, Newton dibujó una clara línea divisoria entre el observador (el científico) y lo que observa. El mundo queda dividido entre sujetos y objetos: el sujeto está «allí dentro»; el objeto, «allí fuera». El científico newtoniano es un observador distante que simplemente mira el mundo, lo mide y pesa y hace experimentos con él. Manipula y controla la naturaleza. La persona media moderna se siente *en* el mundo, no *del* mundo. En este contexto, «el mundo» incluye a otra gente, incluso íntimos, así como a instituciones, objetos, naturaleza y entorno. La partición newtoniana entre observador y observado nos ha dejado la sensación de que simplemente estamos aquí para hacer lo mejor que podamos por nosotros mismos. Una vez, nos deja sin saber cómo asumir responsabilidades o de quién o de qué podemos ser responsables. No somos dueños de nuestras relaciones ni sabemos cómo poseer nuestra propia eficacia.

El universo reflejado por la ciencia newtoniana es frío, muerto y mecánico. No hay lugar en la ciencia de Newton para la mente o la conciencia ni para ningún aspecto del esfuerzo humano. Paradójicamente, las ciencias biológicas y sociales creadas en los siglos XIX y XX se basaron en este mecanismo y así explican a los seres humanos, sus mentes y cuerpos, con este mismo paradigma mecánico. Somos máquinas cerebrales o genéticas; nuestros cuerpos son una colección de piezas; nuestro comportamiento, condicionado y predecible; nuestras almas, una ilusión del arcaico lenguaje religioso; nuestro pensamiento, la mera actividad de las células cerebrales. Desde esta perspectiva, ¿dónde encontraremos el sentido de la experiencia humana?

«ENFERMEDADES DE SIGNIFICADO»

Una de las maneras más comunes con que la gente corriente busca dar sentido y plenitud a sus vidas es mediante una obsesión con la salud. En inglés, las dos palabras tienen la misma raíz germánica: estar sano equivale a estar pleno. Y así nos apuntamos a toda novedad saludable, dieta vitamínica o régimen de adelgazar que podamos incorporar en nuestras vidas carentes de tiempo libre. Sin embargo, la corriente central de la medicina moderna es muy newtoniana. Ve el

cuerpo como un mecanismo, como una máquina de genes bien aceitada; la enfermedad es algo que debe ser erradicado o «curado»; la vejez y la muerte son «fallos» o «enemigos» del sistema.

Sin embargo, algunos médicos y profesionales sanitarios empiezan a considerar la enfermedad de forma diferente. La ven como una llamada de socorro del cuerpo para que se preste atención a algo en nuestras vidas que si no se atiende nos producirá un daño irreparable o duradero físico o emocional, o una aflicción espiritual incluso mortal. Puede ser que los causantes del problema sean nuestras actitudes o estilos de vida y no algún desequilibrio químico. En palabras de los médicos, pacientes, científicos y políticos que asistieron en junio de 1999 a una reunión internacional en Gran Bretaña para debatir estas ideas, gran parte del sufrimiento, incluso de condiciones físicas crónicas, consiste en «enfermedades de significado».[1] El cáncer, las enfermedades coronarias, el Alzheimer y otras demencias que pueden estar precedidas por la depresión, la fatiga, el alcoholismo o el abuso de drogas son prueba fehaciente de la crisis de falta de sentido que ha llegado a las mismísimas células de nuestro cuerpo. En último término, también la muerte es vivida con dolor y terror porque no tenemos un contexto que tenga sentido donde colocar el fin natural de esta vida, y así no hay modo de morir con paz, gracia o bendición.

Los conferenciantes argumentaron que el sistema médico y científico aumenta la proliferación de enfermedades de significado al ignorar los orígenes complejos de esos males. En cambio, se atan a «la medicalización de la enfermedad (encontrar el gen "correcto", diseñar la droga "correcta" para bloquear o eliminar la anomalía mientras hacen caso omiso de que muchas patologías no son básicamente físicas, sino más bien espirituales o psicofísicas». En su poema «Curar», D. H. Lawrence escribió:[2]

> No soy un mecanismo, una suma de varias secciones
> y no se debe a que el mecanismo no funcione bien el hecho de que estoy enfermo.
> estoy enfermo debido a heridas en el alma, en el profundo ego emocional,
> y las heridas del alma tardan en curar mucho, muchísimo tiempo, sólo el tiempo puede ayudar
> y la paciencia y un cierto arrepentimiento difícil
> y prolongado, un difícil arrepentimiento, el darse cuenta del error de la vida, y liberarse
> de la interminable repetición de este error
> que la mayoría de la humanidad ha optado por santificar.

AMENAZAS DE EXTINCIÓN

La tecnología del siglo XX ha introducido otra crisis de sentido. Antes, los seres humanos sufrieron catástrofes y cataclismos naturales, pero como especie creían que la vida humana, o la vida en general, seguiría durante millones de años. El drama personal de cada generación formaba parte de un proceso mayor y del flujo del tiempo. Pero desde 1940, hemos vivido la posibilidad de la extinción en masa como consecuencia de una guerra nuclear y, más recientemente, la amenaza añadida del desastre ecológico.

En este libro argumentaremos que, a fin de que el sentido *tenga* sentido, debe poseer un marco o límites. Cuando se violan nuestros límites, nos indignamos y pasamos a la acción. Pero cuando los límites dejan de existir, sentimos horror: nuestra experiencia pierde sentido y simplemente no podemos afrontarla. La maquinaria nazi de matar violó todos los límites del mal y consiguió que la gente estuviese dispuesta a ser perversa con el prójimo. Como resultado, nunca hemos sido realmente capaces de comprender la magnitud del Holocausto o de aceptarlo. Queda fuera del contexto de las expectativas o los valores humanos. Lo mismo sucede con la posibilidad muy real de que *toda* vida deje de existir en un futuro previsible.

La mayoría de nosotros no pensamos mucho en estas cuestiones porque no lo soportamos, pero la amenaza de extinción global afecta nuestro modo de pensar y de comportarnos devolviéndonos a preocupaciones más inmediatas: «Vive hoy, acaso no haya un mañana.» Buscamos el placer y la satisfacción personales como si fuese la última oportunidad, y así explotamos despiadadamente a nuestros semejantes y al planeta para asegurarnos las comodidades de hoy, la ganancia de hoy. Todo nuestro marco temporal se encoge, y lo mismo le pasa al contexto de los significados y los valores con que vivimos.

LA POBREZA DEL HUMANISMO OCCIDENTAL

Otra razón de que nos echásemos en busca del placer y la satisfacción inmediatos es que hemos perdido la capacidad de imaginar algo más. En los últimos doscientos o trescientos años, hemos limitado nuestros horizontes a lo meramente humano y caído cada vez más en el egocentrismo que nos separa de un significado más profundo y de una perspectiva más amplia. Los grandes pensadores ilustrados del siglo XVIII afirmaban que el hombre era la medida de todas las cosas. En sí misma, esta idea no es ajena a la noción bíblica de que Dios creó todas las cosas para nuestro beneficio. El egocentrismo humano es una característica fundamental de la tradición occidental, pero el pensamiento de la Ilustración nos metió en un humanismo más estrecho porque su propio concepto de lo humano era más limitado.

Partiendo de la filosofía de Aristóteles, los pensadores ilustrados definen al hombre como un animal racional. Las raíces de lo verdaderamente humano están en la razón (en términos modernos, en nuestro CI) y en los productos de la razón: la ciencia, la tecnología, la lógica, lo pragmático. Los filósofos sociales y políticos siguieron esa corriente subrayando la importancia de los *derechos* del hombre por encima de servicios o deberes. El humanismo occidental, alienado de la naturaleza por la gran divulgación de las ideas de Newton y de habitar las grandes ciudades, alienado de la magia y el misterio por medio del pensamiento científico reduccionista, animado por Freud y sus seguidores a ver el ego y su insignificante soberbia como el verdadero ser, se ha convertido en una mezcla de prepotencia y desesperación. Somos los mejores, estamos en la copa del árbol de la evolución. Pero ¿y qué más da?

En Oriente, el humanismo es la base de la verdadera espiritualidad. Los budistas e hindúes critican las religiones occidentales por ser insuficientemente humanistas, por poner a Dios por encima del hombre. Cuando intento argumentar que el humanismo está en la raíz de nuestro problema, los asiáticos sacuden las cabezas sin creerme. La base de este malentendido es que el suyo es un humanismo superior, un «egoísmo» superior basado en mucho más que poder y racionalidad. En un sentido tradicional oriental, un humanista tiene un sentido profundo de la interconexión entre la vida y todo lo que es, un profundo sentido de compromiso y responsabilidad con todo el mundo y todas las cosas. Es consciente de que todo empeño humano, ya sea en el comercio, las artes o la religión, forma parte del grandioso tejido del universo. Y los humanistas asiáticos no son arrogantes. Su visión del ser verdadero y su origen en el terreno más profundo del ser les llena de una sensación de humildad y gratitud. Son conscientes constantemente de la fuente de donde emergen el ser, el sentido de todo y los valores. En el lenguaje de este libro, yo diría que el humanismo occidental heredado de la Ilustración es espiritualmente idiota y que el asiático es espiritualmente inteligente.

EL CONCEPTO DEL LÍDER SERVIDOR

Pese a nuestras riquezas materiales y a los conocimientos tecnológicos, nuestras vidas carecen de algo fundamental. Para algunos puede tratarse de la capacidad de convertir un trabajo en una vocación, pero este sentido de vocación no existe en la actual estructura de valores de la comunidad empresarial. La mayoría de nosotros no la encontramos ni siquiera en la estructura de valores de *cualquier* profesión ni en el ancho mundo profesional. De modo que nos tenemos que inventar o descubrir algo que hoy día está *más allá* de lo que nos proporciona nuestra cultura porque en ella no existe. Tenemos que asumir la responsabilidad para darle sentido a las cosas, para crear nuevos accesos a ese sentido y usarlo de modo inteligente. Por lo general, tenemos que hacerlo transformando nuestra situación o haciendo el mejor uso de ella.

En los negocios y en la mayoría de las actividades humanas, el concepto de *líder servidor* aúna servicio y significado. La primera noción de esto apareció publicada por el americano Robert Greenleaf en los años ochenta. Los pensadores norteamericanos lo describen como un líder con conocimiento de los valores profundos a los que sirve conscientemente desde su puesto de mando. Pero en el mundo americano de los negocios, los valores profundos están relacionados con asuntos como excelencia, satisfacer el potencial propio y permitir hacerlo a los demás, éxito, calidad de productos y servicios y afán de crecimiento imparable. En contraste, acorde con el espíritu del humanismo oriental, los valores tradicionales de Oriente se centran en asuntos como compasión, humildad, gratitud, servicio a la propia familia y al hecho de ser uno mismo.

En un sentido oriental, y en el sentido que uso esta palabra, un líder servidor sirve a la fuente esencial del sentido y los valores. Se pone

en sintonía con las fuerzas vitales básicas del universo y, al servirlas, naturalmente sirve a sus colegas, su empresa, la sociedad en general. Las grandes figuras del siglo XX que son o fueron líderes servidores en este sentido incluyen al Mahatma Ghandi, la madre Teresa y Nelson Mandela. Todos ellos han sido grandes líderes espirituales así como servidores de sus sociedades. Todos ellos «elevaron el nivel» del juego del sentido, la moral y el servicio. El Dalai Lama es otro ejemplo de un liderazgo semejante, y por esa razón inspira no sólo a los tibetanos y los budistas sino también a amplios sectores de la humanidad.

ENTONANDO NUESTRA CANCIÓN

Hace unos años yo participaba en una reunión de la UNESCO en Tbilisi, la capital de la conflictiva república de Georgia que formó parte de la Unión Soviética. La reunión tenía lugar en un moderno hotel de estilo occidental que contrastaba marcadamente con la destrucción, el hambre y la desesperación que reinaban en las calles.

Una noche nos llevaron a un teatro. Los georgianos querían mostrarnos su rica cultura, los restos de un pasado soberbio y pujante.

Había manchas y grietas en el techo. Las paredes estaban llenas de agujeros donde el yeso había saltado por las bombas y los morteros. El único indicio de las obras de arte que otrora habían decorado esas paredes eran borrosas manchas en la pintura agrietada. La luz eléctrica era pobre porque los generadores averiados sólo podían dar un poco de luz. No había aire acondicionado y la temperatura era bochornosa.

Cuando apareció la orquesta, los músicos con las camisas blancas desplanchadas y los trajes desaliñados, la música sonó claudicante y sin espíritu. No podían elevar su actuación por encima de la depresión general de la ciudad. El público se aburría y unos cuantos, yo incluida, nos dormimos. La tortura de estar allí sentados nos pareció interminable. Luego, de repente, se produjo un cambio de ambiente.

En medio del escenario apareció un cantante elegantemente vestido de gala; era Zurab Sotikilaba, un georgiano famoso y actualmente tenor de la famosa Ópera Bolshoi de Moscú. Actuaba de artista invitado en su ciudad natal para honrar a los huéspedes de la UNESCO. Aspiró hondo y se lanzó a un torrente de melodiosos sonidos, empezando con arias de Verdi y terminando con canciones tradicionales de Georgia.

A medida que cantaba, el teatro recobró los ánimos. La voz parecía no salirle de la garganta, sino de alguna parte del pasado remoto de Georgia. Ciertamente de algún lado del subconsciente colectivo vinculándolo con el sufrimiento y la tragedia del presente georgiano. Fue un cauce que insufló energía y esperanza a la orquesta y el público. En suma, su voz estaba llena de vida. Era el alma en acción cumpliendo con su papel de transmisor de los significados profundos para colocar el presente en un contexto más amplio y más rico: una poderosa inyección de inteligencia espiritual.

La actuación del tenor georgiano simbolizó para mí lo que todos debemos hacer para elevar el nivel del sentido y el valor. Cada uno debe cantar su canción. Por medio de nuestros recursos más profundos y nuestra inteligencia espiritual, todos debemos acceder al nivel más profundo de nuestro ser verdadero y sacar de esa fuente la «música» única que cada ser humano puede aportar.

Utilizar la IES no será nada fácil. Hemos olvidado muchas capacidades que dan sentido a las cosas. Nuestra cultura es espiritualmente pobre en el sentido literal: no tenemos un lenguaje adecuado para expresar la riqueza del alma humana. Palabras como «amor», «alegría», «compasión» o «gracia» aluden a mucho más de lo que podemos expresar. Usar nuestra IES significa transformar nuestra conciencia, descubrir capas más profundas de nosotros mismos. Nos obliga a encontrar una base en nuestro propio ego desde la cual recuperar un sentido que nos trasciende. No será tarea fácil para la gente acostumbrada a seguir paso a paso, mecánicamente, recetas de perfeccionamiento.

LA HORA DE LOS INTERROGANTES

Espero haber sentado las bases de lo que es la inteligencia espiritual y por qué hoy la necesitamos más que nunca. Vivimos una época científica y si queremos tomarnos en serio la IES debemos preguntarnos cuál es su presencia en nosotros y cómo funciona en el cerebro humano. ¿Qué hay en nuestro cerebro que nos brinda una inteligencia centrada en el sentido? ¿Qué papel ha tenido en la evolución humana? ¿Y cómo y por qué nuestros cerebros tienen la capacidad de funcionar fuera de sus límites y superarlos? ¿Cómo volvemos a contextualizar y enmarcar nuestras experiencias? ¿Qué hay en la naturaleza del cerebro que pueda dar a nuestras mentes acceso a la inteli-

gencia o conciencia desde más allá del cerebro individual y sus estructuras neurales? ¿Qué puede significar, en términos neurológicos y físicos, que nuestro ser centrado en el ego pueda acceder a un nivel más profundo de conocimiento? ¿Por qué, en suma, estamos biológicamente equipados por nuestros cerebros para ser criaturas espirituales? En los capítulos 3, 4 y 5 me ocuparé de estas cuestiones ofreciendo todo lo que la investigación científica ha puesto a nuestra disposición.

SEGUNDA PARTE

LAS PRUEBAS CIENTÍFICAS DE LA EXISTENCIA DE LA IES

3

TRES CLASES DE PENSAMIENTO, TRES CLASES DE INTELIGENCIA[1]

La inteligencia humana tiene su raíz en el código genético y en toda la evolución de la vida en este planeta. Está influenciada por nuestra experiencia cotidiana, nuestra salud física y mental, la dieta, el ejercicio que practicamos, las relaciones que tenemos y por otros muchos factores. Pero desde el punto de vista neurológico, todo lo relacionado con la inteligencia está encauzado o controlado por el cerebro y sus extensiones neurales. Un tipo de organización neural nos capacita para el pensamiento racional, lógico y normativo, es decir, nos proporciona el CI. Otro tipo nos permite ejercer nuestro pensamiento emocional, asociativo y reconocedor de pautas, es decir, nos brinda la IE. El tercero hace posible el pensamiento creativo, perspicaz, creador y quebrantador de normas, es decir, nos da la IES. Comprender en serio el CI, la IE y la IES se basa en comprender los diferentes sistemas de pensamiento del cerebro y su organización neural.

El cerebro es el órgano más complejo del cuerpo. Produce el misterio de la mente consciente, la conciencia de nosotros mismos y del mundo y nuestra capacidad de optar libremente ante la realidad. Genera y estructura los pensamientos, capacita para tener emociones y organiza la vida espiritual, es decir, nuestro sentido de lo importante y de los valores, ofreciéndonos un contexto dentro del cual darle sentido a nuestra experiencia. El cerebro nos da el tacto, la vista, el olfato y el lenguaje. Es el almacén de nuestra memoria. Controla los latidos del corazón, la intensidad de sudor, el ritmo de la respiración e innumerables otras funciones corporales. Sus fibras neurales llegan a todas las partes del cuerpo. Es el puente entre nuestra vida interior y el mundo exterior. El cerebro puede hacer todas estas cosas porque es complejo, flexible, adaptable y autorregulable.

LA INFINITA CAPACIDAD DE CRECIMIENTO DEL CEREBRO

Los científicos pensaban que el cerebro era un «circuito integrado». Nacemos, decía la teoría, con cierta cantidad de neuronas conectadas de modos especiales, y a medida que envejecemos esa red se deshace lentamente. Se creía que la gente alcanzaba la plenitud a los dieciocho años y que a partir de entonces tenía lugar un lento pero constante deterioro. En la actualidad, los neurocientíficos saben algo más que eso. Es verdad que nacemos con una cantidad determinada de neuronas y que perdemos muchas a medida que vivimos. Un jubilado tiene menos neuronas que un bebé. Pero a lo largo de la vida nos crecen *conexiones* neurales, o al menos tenemos la capacidad de que eso nos suceda.[2] Por el contrario, los sistemas neurales de poco uso se encogen, desaparecen o son aplicados a otros fines.

Y lo que nos da inteligencia son estas conexiones neurales. El bebé humano nace con los atributos básicos para mantener la vida, es decir, conexiones neurales que regulan la respiración, los latidos del corazón, la temperatura corporal y todo lo demás. Pero los bebés no pueden ver rostros ni objetos, crear conceptos ni emitir sonidos inteligibles. Estas capacidades se desarrollan con el tiempo: a través de la experiencia de la realidad, el cerebro crea nuevas conexiones neurales. Cuanto más rica y variada la experiencia, más grande y más complejo es el laberinto de conexiones neurales resultante. Por esa razón, podemos potenciar la inteligencia de los bebés, e incluso su coordinación física, ofreciéndoles estímulos: objetos de intensos colores, diferentes sonidos y voces, toda una gama de olores y gustos, caricias y calidez emocional. A medida que crecen, nuevas conexiones neurales brindan a nuestros hijos el lenguaje y la formación de conceptos; estas conexiones almacenan los hechos y las experiencias de la memoria, posibilitando la escritura, la lectura y el conocimiento abstracto. No hay un límite definible a la cantidad ni a la complejidad de conexiones que puede desarrollar el cerebro de un niño.

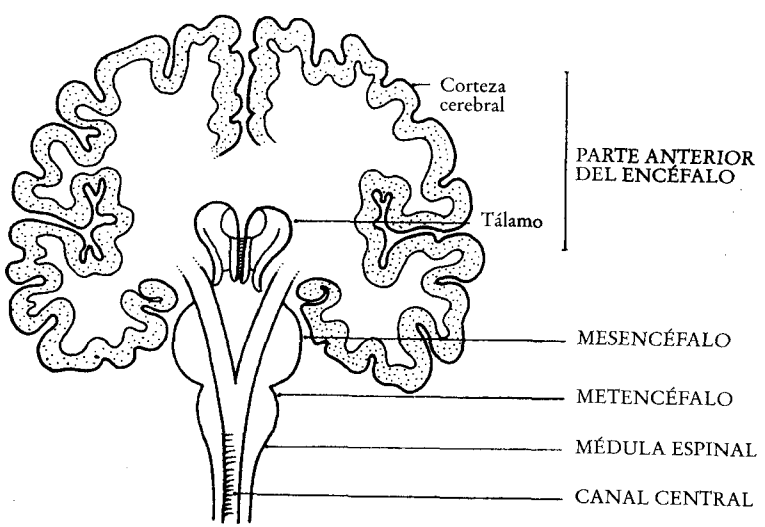
En una cultura sumamente compleja como la nuestra, si fuera estable, la mayoría de nosotros podría haber hecho crecer suficientes conexiones neurales para el resto de la vida a la edad de dieciocho años. Podríamos haber alcanzado una imagen general del mundo y sus usos, haber adquirido hábitos mentales y emocionales, pautas de respuesta a los demás y a distintas situaciones. En suma, podríamos haber «integrado» toda una serie subconsciente y subyacente

de postulados y valores básicos, cosas que podríamos dar por sentado.

Pero nuestra cultura no es estable. Existen cambios demasiado rápidos, hay demasiadas ambigüedades e incertidumbres como para depender toda la vida de diagramas integrados y establecidos en nuestros primeros dieciocho años. Tenemos que usar ese tercer tipo de pensamiento que implica el poder de crear y destruir normas de modo de ir renovando constantemente el cerebro a medida que avanzamos (en este capítulo se explicará el mecanismo para hacerlo). Pero el uso de esas estructuras cerebrales que nos proporciona la IES implica un gran consumo de energía.

BREVE HISTORIA DEL CEREBRO

Por naturaleza, el cerebro es bastante conservador. Dentro de sus complejas estructuras, acarrea toda la larga historia de la evolución de la vida en este planeta. Su arquitectura es como las callejuelas retorcidas y los viejos edificios de una ciudad milenaria: estrato sobre estrato de historia arqueológica apilados uno sobre otros y todos todavía vivos de algún modo.



Anatomía externa del cerebro

En la capa más simple de nuestra organización corporal —la parte que corresponde al nivel arqueológico más bajo de la ciudad antigua—, encontramos estructuras similares a las de animales unicelulares como la ameba. Carecen de sistema nervioso, toda la coordinación sensorial y los reflejos motores de esos animales existen en el interior de una sola célula. Nuestros propios glóbulos blancos de la sangre, mientras hurgan en busca de desechos y fagocitan bacterias, se comportan como las amebas en un estanque. Animales multicelulares pero simples como las medusas todavía no tienen un sistema nervioso central, pero sí poseen una red de fibras nerviosas que permiten la comunicación entre células de modo que el animal pueda reaccionar de una forma coordinada. En nuestros cuerpos, las células nerviosas en las entrañas forman una red similar que coordina la perístole o las contracciones musculares que empujan los alimentos. La mayoría de los animales evolucionados desarrollan sistemas nerviosos centrales crecientemente complejos.

Con la evolución de los mamíferos, apareció la parte anterior del encéfalo; primero, la parte primitiva de los mamíferos inferiores gobernada principalmente por el instinto y la emoción, y luego los hemisferios cerebrales con toda su sofisticada capacidad de computación, o sea, las «pequeñas células grises» que la mayoría identificamos con el cerebro humano. Los lóbulos prefrontales de la corteza son los últimos en evolucionar y resultan esenciales para las capacidades racionales. Sin embargo, la borrachera, el uso de tranquilizantes, las emociones violentas o las lesiones en el encéfalo dan como resultado regresiones a tipos primitivos, más espontáneos y menos calculadores, de comportamiento de la clase que se encuentra en animales inferiores. De modo que pese a la creciente centralización y complejidad del sistema nervioso, incluso en los seres humanos siguen vivas las redes nerviosas más primitivas tanto dentro del cerebro expandido como en el resto del cuerpo.

Por tanto, nuestro modelo occidental de pensamiento es inadecuado. Pensar no es el único proceso cerebral, todo no se reduce a una mera cuestión de CI. No sólo pensamos con la cabeza sino también con emociones y con todo el cuerpo (IE), así como con nuestro espíritu, nuestras visiones, esperanzas y percepción de significados y valores (IES). Pensamos con todas las complejas redes nerviosas entremezcladas en nuestro organismo. Ellas forman parte de nuestra inteligencia. El lenguaje cotidiano lo reconoce cuando decimos cosas como «Este piensa con el estómago» o «Ella piensa con el corazón».

Mucha gente habla de «sentir una situación» como si se tratase de algo táctil.

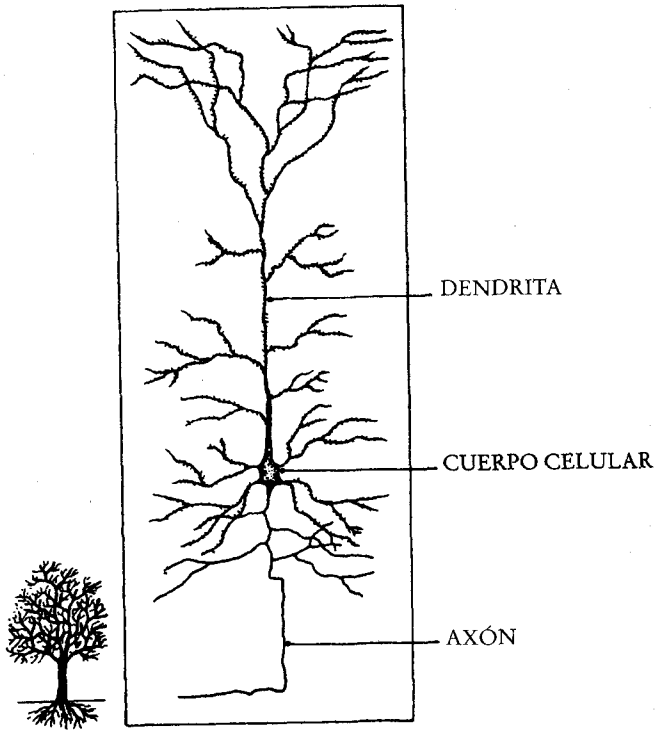
Echemos una mirada al cableado neural que apuntala los tres tipos básicos de inteligencia. Empecemos por la propia neurona, el bloque fundamental de todos los procesos neurales.

LA NEURONA

El cerebro humano contiene entre diez mil millones y cien mil millones de células neurales o neuronas. Hay unas cien clases distintas y la mitad está en la parte más evolucionada del cerebro, la corteza. Una neurona típica tiene forma de árbol con raíces (dendritas), un cuerpo celular (soma) y ramas (axones terminales). Cada neurona recibe estímulos sensoriales en sus dendritas que las pueden estimular o inhibir. Estos estímulos viajan hacia el cuerpo celular perdiendo intensidad a medida que avanzan. Si suficiente estímulo llega al cuerpo celular, provoca una acción a lo largo del axón. Este potencial de acción viaja como una mecha encendida hasta las terminales del axón. Estas terminales a su vez forman sinapsis (empalmes) en las dendritas de las neuronas vecinas.

Una neurona cortical piramidal tiene entre mil y diez mil sinapsis que se comunican directamente con otras muchas neuronas, la mayoría próximas a la corteza. Gran parte de las sinapsis funcionan por señales químicas. La terminal de axón de una neurona segrega una cantidad diminuta de una materia química conocida como neurotransmisor, que a su vez excita o inhibe a la dendrita que contacta. Se sabe que más de una docena de neurotransmisores semejantes son usados por diferentes sistemas cerebrales que afectan nuestras capacidades o estados mentales y emocionales.

La noradrenalina, por ejemplo, estimula todo el cerebro. Una cantidad insuficiente puede contribuir a la depresión; una excesiva puede dar lugar a manías. La acetilcolina despierta la capa exterior de la corteza y permite las coherentes oscilaciones neurales responsables de la conciencia; la falta de acetilcolina perturba estas oscilaciones y está implicada en el origen del mal de Alzheimer. La serotonina estimula sistemas específicos del cerebro, su carencia da como resultado la depresión. El famoso antidepresivo Prozac actúa para subir los niveles de serotonina. Si los niveles de serotonina y acetilcolina son bajos, los síntomas del Alzheimer son mucho peores. Un cuarto neuro-



Una neurona

transmisor muy activo, la dopamina, también estimula sistemas cerebrales específicos; en la depresión a menudo hay muy poca dopamina en algunas zonas, y en la esquizofrenia, demasiada en otras. Casi todas las drogas que afectan las funciones mentales —tranquilizantes, estimulantes, opiatos, antidepresivos, etc.—, lo hacen actuando sobre uno o más neurotransmisores.

Las neuronas funcionan como artilugios para señales, como los componentes electrónicos en una red telefónica o informática. Los potenciales de acción median en esta función, pero las mismas dendritas funcionan de manera más sutil. La mayoría de las dendritas, cuando están estimuladas, no producen potenciales de acción. En cambio, afectan a partes vecinas de la misma neurona, o de neuronas adyacentes, por medio de campos eléctricos; y entonces vuelven a la normalidad. Los sistemas de interacción entre neuronas pueden producir campos eléctricos oscilatorios en las dendritas.

EL PENSAMIENTO SERIAL – EL COCIENTE DE INTELIGENCIA DEL CEREBRO

El modelo simplista que ve al pensamiento como algo lineal, lógico e imparcial no erra, pero sólo es una parte del todo. Proviene de la lógica y la aritmética aristotélica y formal: «Si *x*, luego *y*» o «2 + 2 = 4». Los seres humanos hacemos muy bien esta clase de pensamiento y superamos a los demás animales. Los ordenadores son incluso mejores. El cerebro lo hace gracias a un tipo específico de cableado neural conocido como tractos neurales.

Se parecen a una serie de cables telefónicos. El axón de una neurona o grupo de neuronas estimula las dendritas de la neurona o grupo siguiente de neuronas. Y una señal electroquímica pasa a lo largo de la cadena de neuronas conectadas que se emplea en cualquier pensamiento o serie de pensamientos. Cada neurona de la serie se enciende o apaga, y si se daña o se apaga cualquier parte de la cadena el conjunto deja de funcionar, igual que una cadena de luces de un árbol de Navidad cableado serialmente.

Los tractos neurales aprenden según un programa fijo cuyas reglas siguen la lógica formal. Por tanto, el aprendizaje es paso a paso y según normas. Cuando enseñamos a los niños a memorizar las tablas aritméticas, les entrenamos a conectar el cerebro para un procesamiento serial. Produce la clase de pensamiento útil para resolver problemas racionales o lograr metas objetivas. Está orientado al logro mecánico, a saber cómo se hace algo, a conocer las reglas de la gramática o de un juego. Es racional y lógico: «Si hago esto, la consecuencia será aquello.» La capacidad de pensamiento lineal es el tipo de capacidad mental que se mide en los tests habituales de CI.[3]

Los tractos y circuitos neurales necesarios para el pensamiento serial se encuentran en todas partes del cuerpo y en los animales inferiores. El programa fijo y simple de computación lineal del cerebro y de la médula espinal es responsable del reflejo que se produce en la rodilla cuando se la golpea, de la regulación de la temperatura corporal y de la presión sanguínea y otras similares funciones simples. A este nivel, el cableado neural en serie funciona como el termostato de un sistema central de calefacción. Los reflejos condicionados son casi tan sencillos.

El pensamiento o procesamiento serial requiere un cableado preciso de punto a punto. Hay tractos neurales que enlazan cada punto de la retina del ojo a un punto asociado del tálamo y luego punto a

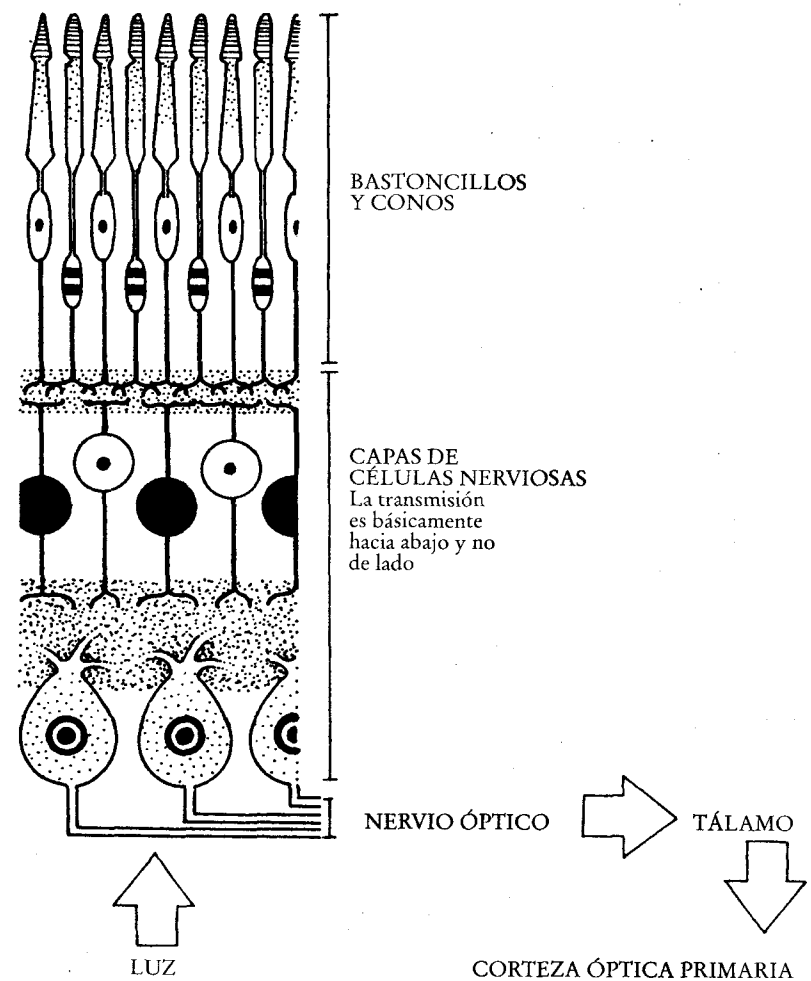
punto hasta la corteza visual primaria y así sucesivamente por la cadena de procesamiento visual. Otros sentidos como el olfato, el oído y el tacto usan otros tractos neurales.

Este procesamiento serial también explica gran parte del comportamiento instintivo de los animales inferiores. Cabe pensar en un instinto como si fuese un programa fijo. Por ejemplo, el instinto de pertenencia de un pato y otras aves por el cual la cría recién salida del cascarón identifica como su madre al primer objeto o persona que encuentra y sigue luego fiel a esa identificación. Algunos seres humanos racionales en exceso (y muchos burócratas) pueden quedarse enganchados en un modo programado de pensar siempre de la misma manera y les resulta difícil cambiar las normas o aprender nuevas.

El pensamiento serial es muy parecido al procesamiento serial llevado a cabo por muchos ordenadores. Ciertamente, debido a esta similitud, la ciencia cognitiva tiende a poner el carro antes que los bueyes al explicar el pensamiento humano en términos de procesamiento informático.[4] En un ordenador serial, la información está representada como una matriz de bits —por ejemplo, puntos en una cinta magnética o impulsos eléctricos— que representan la información. Esta es manipulada según ciertas normas (el programa), pero los ordenadores no pueden pensar por sí mismos. No se pueden preguntar si están siguiendo un buen programa o si hay alguno mejor. Y no pueden manipular ni responder a ninguna información que no esté en el programa. No pueden aprender creativamente. Para el pensamiento humano es menester un modelo más amplio que incluye la posibilidad de la conciencia. Lo discutiremos más adelante cuando veamos cómo los diferentes sistemas neurales colaboran entre sí en el cerebro humano.

En nuestra cultura, gran parte del pensamiento práctico de cada día es serial o de CI. La aritmética mental es un buen ejemplo. La fase de análisis de cualquier proyecto implica separar el problema o la situación en sus partes lógicas más simples y luego predecir las relaciones causales que puedan surgir. Toda planificación estratégica supone un plan y una lógica paso a paso para probarla. En el mundo de los negocios, la «dirección por objetivos» presupone que es mejor tener objetivos claros y luego crear una serie lógica de acciones para lograrlos. Los ordenadores seriales que juegan al ajedrez lo hacen analizando todos los posibles resultados de cada posición y luego calculando paso a paso el mejor movimiento.

La ventaja del pensamiento lineal y de la inteligencia CI es que se



Tractos neurales en la retina y en el nervio óptico.
La retina está conectada de forma serial, como los cables telefónicos. El mismo tipo de cableado continúa en el tálamo y en la corteza óptica primaria

trata de algo preciso, riguroso y eficaz, pero al igual que el pensamiento que apuntala la ciencia newtoniana también es lineal y determinista: B siempre sigue a A del mismo modo. Esta clase de pensamiento no tolera los matices ni la ambigüedad. Es estrictamente una cosa u otra, sí o no. Este proceso de pensamiento serial, fantásticamente eficaz dadas ciertas normas, se va al garete si alguien cambia las reglas de juego. Es como pedirle a un ordenador que haga algo no previsto en su programa.

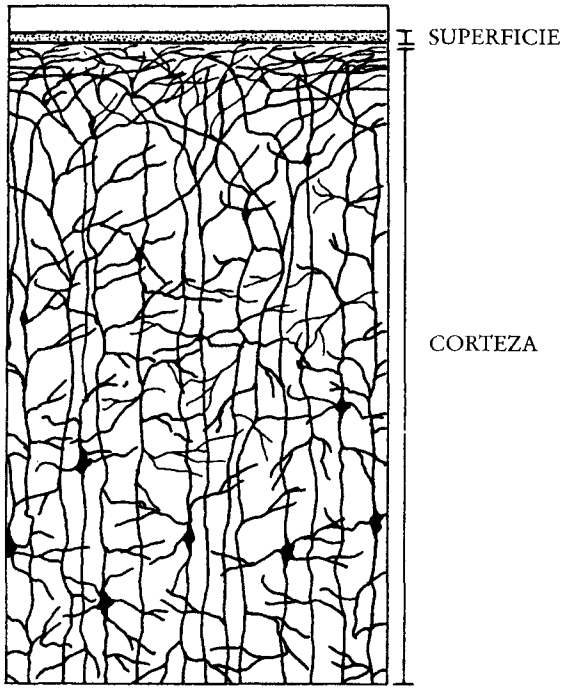
Como dice el filósofo norteamericano James Carse, el pensamiento lineal es un «juego finito», funciona dentro de ciertos límites.[5] No sirve para nada cuando debemos otear el horizonte en busca de nuevas posibilidades o lidiar con lo inesperado. Por tanto, ahora pasemos a ver el primero de los otros dos sistemas neurales que trabajan en tándem con el procesamiento serial y enriquecen sus posibilidades considerablemente.

EL PENSAMIENTO ASOCIATIVO. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL CEREBRO

Esta clase de pensamiento nos ayuda a formar asociaciones entre cosas como el hambre y los alimentos que la saciarán, entre el hogar y la comodidad, ladridos de perros y peligro, el color rojo y las emociones de la excitación o el conflicto; o sea, el vínculo entre una emoción y otra, entre emociones y sensaciones corporales, entre emociones y el entorno. También nos permite reconocer pautas como rostros u olores y aprender habilidades físicas como andar en bicicleta o conducir un coche. Es un «pensamiento» con el corazón y el cuerpo. La IE, si bien normalmente considerada «inteligencia emocional», también forma parte de la inteligencia corporal. Es la que utiliza con gran eficacia un atleta bien dotado o un pianista que ha practicado toda la vida.

Las estructuras cerebrales con que llevamos a cabo nuestro pensamiento asociativo se conocen como redes neurales. Cada una de ellas contiene paquetes de hasta cien mil neuronas y cada neurona en un paquete puede estar conectada a otras mil. A diferencia del preciso cableado de los tractos neurales, en las redes neurales cada neurona actúa sobre muchas otras y recibe la actuación de las demás simultáneamente.

En su manifestación más simple, el pensamiento asociativo se actualiza por medio de reflejos condicionados como en los experimentos del ruso Pavlov con su célebre perro. Los animales aprendieron a segregar saliva al oír el sonido de una campanilla tras repetidas presentaciones de comida simultáneas a ese sonido.



Una red neural muestra de forma simplificada las células piramidales en la corteza

Las redes neurales permiten que se aprendan pautas asociativas mucho más complejas. La entrada o *input* de aprendizaje tiene lugar por medio de algunos elementos en la red neural; la salida u *output* de comportamiento por medio de otros, y aún hay otros elementos que median entre estas dos alternativas. Un solo elemento en una red se activa si un gran número de *inputs* «se disparan» al mismo tiempo. La experiencia modifica la fuerza de las interconexiones entre los elementos permitiendo que el sistema aprenda, como ya veremos.

Las redes neurales en el cerebro están conectadas a otras redes en el mismo cerebro y en el cuerpo. Las situadas en el tallo del cerebro,

la parte más antigua del cerebro, se conocen como formación reticular y procesan la información sensorial que les llega y las órdenes motoras de salida, por ejemplo, caminar o tragar, enviadas desde los niveles altos del cerebro, pero coordinadas en el cerebro inferior o médula espinal. También son responsables del ciclo de sueño y vigilia. Por ejemplo, una madre puede dormir en medio de un fuerte ruido de tráfico, pero despertarse ante un leve murmullo de su bebé. La formación reticular procesa esta reacción de despertarse. En su forma más compleja, la formación reticular talámica puede activar sólo una parte del cerebro por vez y así es como podemos disponer de una atención selectiva.

A diferencia de los tractos neurales que se deben a reglas o programas y por tanto son incapaces de aprender, las redes neurales tienen la capacidad de recablearse a sí mismas en conjunción con la experiencia. Cada vez que veo un dibujo, crecen las conexiones neurales que reconocen ese dibujo hasta que el reconocimiento es casi automático. Si el dibujo cambia, mi capacidad de percibirlo también se alterará lentamente hasta que mi cerebro se haya recableado para ver el nuevo diseño. Las conexiones en la red de las neuronas pueden tener una fuerza diferente y cualquier elemento puede tender a activar o inhibir los otros elementos con que está conectado. El aprendizaje altera las energías entre las conexiones: los elementos neurales que se disparan juntos tienden poco a poco a estar más fuertemente interconectados.[6]

Al aprender a conducir un coche, por ejemplo, cada movimiento de las manos y los pies es pensado atentamente y nuestro control del vehículo es bastante pobre. A medida que practicamos, la coordinación entre manos, pies y cerebro se integra más en las redes neurales del cerebro hasta que con el tiempo no es necesario pensar en la conducción a menos que sobrevenga una emergencia.

Todo aprendizaje asociativo se lleva a cabo por ensayo y error. Cuando una rata aprende a moverse en un laberinto no sigue una norma sino que practica. Si falla en la prueba, no se activa ninguna conexión neural; si lo logra, el cerebro refuerza esa conexión. Esta clase de aprendizaje se basa sobre todo en la experiencia. Cuanto más practiquemos una habilidad con éxito, más inclinados estaremos a repetirlo del mismo modo la próxima vez. El aprendizaje asociativo también es tácito. Aprendo la habilidad, pero no puedo formular ninguna regla por la que he aprendido y normalmente ni siquiera puedo describir cómo lo he conseguido. No aprendemos a andar en bicicleta estudiando un manual. Las redes neurales no están conectadas con la facultad para el lenguaje ni con la capacidad para formular conceptos. Simplemente están inmersas en la experiencia. *Sentimos* nuestras habilidades, pero no pensamos ni hablamos de ellas. Las desarrollamos porque nos brindan una sensación de bienestar o de recompensa o porque nos ayudan a evitar el dolor.

Las redes asociativas del cerebro cubren algo más que eso que identificamos simplemente como emociones, pero nuestra vida emocional encaja en sus pautas asociativas y todo se basa en gran parte en estas redes neurales. El sistema límbico, centro primordial del control emocional en el cerebro, tiene tanto tractos neurales como redes asociativas. Algunas emociones, como el miedo a las serpientes, son innatas y probablemente se basan en el cableado lineal dentro del sistema límbico. Pero la mayoría de las emociones es fruto de un proceso de ensayo y error, una lenta construcción asociativa de reacción a ciertos estímulos. Y son muy propensas al hábito. Una vez he aprendido a enfurecerme ante determinados estímulos, me resultará difícil reaccionar de otra manera la próxima vez. La mayoría de las psicoterapias tiene por objetivo que la persona rompa hábitos de asociaciones emocionales antiguas e inapropiadas.

Como muchos otros aspectos de la inteligencia asociativa, las emociones no son inmediatamente verbalizables. A menudo no es fácil hablar de ellas, al menos con cierta precisión, y naturalmente no son siempre «racionales» en el sentido de acatar normas o predicciones. Con frecuencia responden a información incompleta de un modo impredecible.

Del mismo modo, en el reconocimiento de pautas, toda la información de una pauta determinada es libre de interactuar. Algo puede faltar o ser distinto de la pauta original aprendida, pero lo que sale es el «mejor encaje» posible. Así, la inteligencia asociativa no sólo puede lidiar con situaciones ambiguas, sino que también «se aproxima» a ellas. Es más flexible pero menos precisa que el pensamiento serial.[7] Las emociones cubren una gama más amplia de experiencias que la razón, pero a menudo son menos correctas en sus conclusiones.

Un preciso cableado neural situado en una parte del cerebro llamada hipocampo (véase página 96) permite el funcionamiento de la memoria. Este cableado se deteriora con el paso del tiempo, pero también tenemos un sistema de memoria más lento y más a largo plazo basado en redes neurales asociativas localizadas por todo el cerebro. Este sistema puede aprender gradualmente cosas nuevas como

habilidades corporales o recordar nuevas caras incluso cuando se debilita la memoria para otras cosas. Resulta difícil enseñarle a un anciano nuevas habilidades cableadas, pero podemos aprender nuevas habilidades motoras a cualquier edad aunque sea muy lentamente. La natación o el aprender la letra de una canción de memoria son dos buenos ejemplos. Una vez más, muchas de nuestras reacciones emocionales se guardan en el sistema de memoria a largo plazo porque su base asociativa se ha ido creando con el transcurso del tiempo.

Los dos sistemas de memoria no sólo tienen diferentes cableados neurales, sino también distinta bioquímica. El mecanismo bioquímico de aprendizaje presente en las sinapsis (empalmes nerviosos) de la memoria asociativa cambia lenta y gradualmente haciéndose más fuerte por repetición siempre que dos neuronas se disparan juntas. Por el contrario, el mecanismo bioquímico de aprendizaje en la memoria a corto plazo depende de una señal especial.[8]

Al igual que con la computación serial del cerebro, hay equivalentes informáticos de la computación asociativa o paralela del cerebro. Se los conoce como procesadores paralelos que simulan redes neurales. Al igual que el cableado asociativo en el cerebro, consisten en grandes cantidades de elementos informáticos complejos e interconectados. Como en el cerebro, cada vez que se dispara una conexión entre estos elementos, la conexión se fortalece de modo que el ordenador «aprende» nuevos comportamientos. Esto nada tiene que ver con los procesadores lineales que nunca pueden aprender. Sólo se pueden volver a programar. Lentamente, los ordenadores paralelos aprenden de su entorno y alteran su propio cableado interno.

Si bien un ordenador lineal deja de funcionar a consecuencia del fallo de una sola conexión en su cadena de comunicación, un ordenador con programa paralelo es más consistente. Incluso si está ligeramente averiado, aún puede realizar una buena actuación porque varias conexiones paralelas se hacen cargo del trabajo de sus vecinas en mal estado. Ya que en los seres humanos las células cerebrales mueren cada día, es una notable ventaja el que dispongamos de capacidades paralelas.

Si bien los procesadores lineales poseen un «lenguaje», un conjunto de símbolos que manipulan sus cálculos, los procesadores paralelos son «tontos». Proceden por aprendizaje a base de ensayo y error. Esos ordenadores actualmente se utilizan para reconocer manuscritos, leer direcciones postales, discriminar gustos y olores y «ver» rostros. Se pueden usar para crear una imagen fotográfica a

partir de una descripción parcial del rostro o del aspecto de alguien.

La ventaja del pensamiento asociativo estriba en que está en diálogo con la experiencia y puede aprender por medio de la experimentación. Puede abrirse paso a través de nuevas experiencias. Asimismo es la clase de pensamiento que puede manejar los matices y las ambigüedades: podemos quitar hasta el 80 por ciento de una pauta determinada y el cerebro aún puede reconocer lo que queda. Un ordenador de red neural puede reconocer una dirección postal escrita en millones de diferentes muestras de escritura manuscrita. Las desventajas de esta clase de pensamiento son que se aprende con lentitud, es inexacto y tiende a depender del hábito o la tradición. Podemos *reaprender* una habilidad o una reacción emocional, pero lleva su tiempo y su esfuerzo. Y debido a que el pensamiento asociativo es tácito, tenemos dificultad en compartirlo con los demás. No podemos escribir una fórmula y decirle a un tercero que prosiga con la tarea. Todos debemos aprender una habilidad a nuestro modo, por nosotros mismos. No hay dos cerebros que posean el mismo conjunto de conexiones neurales.

Del mismo modo, no hay dos personas que tengan la misma vida emocional. Puedo reconocer tu emoción, puedo identificarme con ella, pero no puedo *tenerla*.

LA COOPERACIÓN ENTRE INTELIGENCIA RACIONAL Y EMOCIONAL

El cerebro humano es mucho más complicado que cualquier ordenador. Están las diferencias obvias, como que el cerebro está hecho de carne y sangre mientras los ordenadores de chips de silicio, o que el cerebro ha evolucionado de manera compleja a lo largo de millones de años mientras los ordenadores están diseñados por seres humanos con objetivos específicos. Pero también es el caso que los cerebros cooperan a través de sistemas pensantes. El cerebro no consiste en aislados módulos «inteligentes» o en un aislado sistema de procesamiento lineal junto a un aislado sistema asociativo. Los dos sistemas interactúan y se refuerzan brindándonos una clase de inteligencia que ninguno de los dos podría darnos por separado. El CI y la IE se apoyan entre sí.

En 1993, Seymour y Norwood describieron experimentos realizados con jugadores de ajedrez para determinar qué tipo de pensa-

miento subyacía en sus estrategias.[9] A ajedrecistas expertos y otros aficionados se les mostró brevemente una serie de movimientos, algunos normales y otros casi absurdos. Luego a los dos grupos se les pidió que los reprodujeran. Los expertos superaron en mucho a los aficionados en la reproducción de jugadas normales, pero ambos grupos empataron al reproducir las jugadas absurdas. Se comprobó que en el caso de los expertos la diferencia estaba en el uso del pensamiento asociativo combinado con el pensamiento serial cuando reproducían los movimientos normales, mientras que los aficionados sólo usaban el pensamiento serial para todo.

Se descubrió que un gran maestro de ajedrez había desarrollado a lo largo de los años pautas asociativas para unos cincuenta mil tipos de posiciones. De modo que cuando se enfrentaba con un problema en juego real, no calculaba serialmente las consecuencias de cada posible movimiento. Al instante reconocía los movimientos ganadores y luego dedicaba sus análisis seriales (racionales) sólo a esos movimientos. Un jugador mediocre, en comparación, trata de analizar todo posible movimiento y así pierde tiempo y energía.

A nivel más general, los psicólogos coinciden en que el cerebro humano tiene un inmenso conjunto de procesadores asociativos de gran capacidad junto a un procesador serial de pequeña capacidad que se ocupa selectivamente de uno u otro de ellos. Una metáfora sería un foco de luz buscando algo concreto en la penumbra.[10] Lo que pasa desapercibido es olvidado en pocos segundos aunque pueda producir un efecto subliminal (como la publicidad subliminal). Por ejemplo, la mayoría de la gente puede recordar por unos pocos segundos un número de teléfono de siete dígitos. La memoria dura más si nos repetimos el número, pero se pierde si nos distraemos. Esta «memoria activa» de corta duración se apoya en una gran cantidad de evidencia experimental.

La memoria activa es una característica esencial del pensamiento humano serial. Nos proporciona información en cualquier tarea determinada como cocinar, leer o razonar. Si a la mente se le presentan diversas opciones en un proceso de pensamiento serial, la memoria activa nos permite retener las alternativas lo suficiente para optar por una.

Esta clase de memoria, en la que se conservan todas las alternativas con plena conciencia mientras se selecciona una, es una función de la corteza prefrontal del cerebro. La gente que padece un daño en esa zona, como es el caso del Alzheimer o algunos traumas o derrames, muestra señales del mismo en su memoria activa y tiene dificultad en prestar atención, formar conceptos o usarlos de forma flexible.

Si sólo hay una posibilidad presente en la conciencia, nuestra reacción mental es automática. El sistema de atención se vuelve menos activo y disminuye la conciencia. Del mismo modo, si una simple actividad manual como conducir un coche se convierte en algo programado, ya no necesita que se le dedique una atención consciente. De allí el natural deseo humano de llevar a cabo nuevas experiencias y desafíos, de algo que requiera nuevas decisiones y, por tanto, más conciencia.

El sistema de atención aquí descrito es bastante similar al concepto del ego de Freud. Posee un alto grado de conciencia comparado con el transfondo asociativo (el id). Puede lidiar con posibilidades, abstracciones y argumentos racionales, todo ello parte fundamental de la civilización.

El estudio de pacientes con daños cerebrales del doctor Antonio Damasio ofrece otra dramática instancia de cooperación entre lo serial y lo asociativo para apuntalar la inteligencia. En un caso famoso analizado por Damasio en su libro *El error de Descartes*, también mencionado por Daniel Goleman en su *Inteligencia emocional*, un paciente llamado Elliot sufrió daños en su capacidad *racional* de pensamiento debido a una dolencia cerebral en la corteza prefrontal, y ello dio como resultado una afección *emocional*.[11] El tumor no afectó ninguna de las áreas responsables de la toma de decisiones racionales ni al CI, y él seguía dando resultados excelentes en los tests de CI. Su memoria estaba bien y todas sus capacidades y conocimientos racionales seguían intactos. Pero la dolencia daba como resultado respuestas emocionales nulas que afectaban su capacidad racional de toma de decisiones. Se le había roto la coordinación entre CI e IE y, por tanto, había perdido su «sentido común».

Tanto el experimento ajedrecístico como las observaciones de Damasio son buena muestra de la coordinación entre el procesamiento serial y el asociativo, entre CI e IE, que puede explicar modelos formales de pensamiento al menos parcialmente. Pero hay otras obvias capacidades mentales que siguen siendo un misterio. El cerebro cuenta con otro tipo de inteligencia para el que la ciencia cognitiva aún no tiene explicación. Miremos ahora los experimentos neurológicos que arrojan alguna luz sobre cómo funciona esa otra inteligencia.

EL PENSAMIENTO UNIFICADOR. LA INTELIGENCIA ESPIRITUAL DEL CEREBRO

Ya hemos visto que los ordenadores pueden simular tanto el pensamiento serial como el asociativo. Pueden llevar a cabo algo muy parecido al pensamiento serial de forma más rápida y exacta que un ser humano. Los que tienen algo similar a las redes neurales pueden duplicar algunas de nuestras capacidades asociativas y seguramente estas máquinas mejorarán a medida que avance la tecnología. Pero hay muchos aspectos de la vida y la inteligencia humana que ningún ordenador existente puede imitar, crear ni concebir. Son las capacidades que denominamos «inteligencia espiritual»; o sea, nuestra inteligencia creadora de significados, contextualizadora y transformadora.

A diferencia de las máquinas, los seres humanos tienen conciencia. Somos conscientes de nuestra experiencia y conscientes de que lo somos. Respondemos a una experiencia con dolor o risas, con pena o sentido de humor. Nos reímos de los chistes y sentimos dolor de muelas. Aunque hemos sido «programados» por las reglas aprendidas y hemos formado hábitos profundos por las relaciones de toda la vida, conservamos el libre albedrío. Si estamos dispuestos a poner energía y voluntad, podemos cambiar esas normas y acabar con los hábitos. Los ordenadores siempre funcionan dentro de programas, dentro de límites. Juegan lo que hemos llamado un juego finito. Pero los seres humanos son jugadores infinitos. Podemos cambiar las reglas de juego porque podemos jugar hasta *con* los límites.

Y podemos hacer todo esto porque poseemos una clase de pensamiento que es creativo, perspicaz e intuitivo. *Aprendemos* el lenguaje con nuestros sistemas de pensamiento serial y asociativo, pero también *inventamos* el lenguaje con una tercera clase de pensamiento. *Comprendemos* situaciones normales o determinadas, pautas de conducta y reglas con nuestras primeras dos clases de pensamiento, pero *creamos* nuevas con la tercera.

Y los seres humanos somos criaturas de significado. Cuando se le da una orden programada, el ordenador no pregunta por qué debe aceptarla. Simplemente la cumple. Muy a menudo los seres humanos hacen esas preguntas y funcionan mejor cuando la respuesta es adecuada. Los ordenadores pueden manipular la sintaxis de la lengua, pueden percibir y disponer el orden gramatical correcto de las palabras, es decir, el orden sometido a reglas. Pero sólo los seres humanos pueden comprender la semántica, o sea, el significado de una serie de palabras y, por ende, tienen la capacidad de decodificar algo como una metáfora.

Todas estas capacidades humanas tienen en común un sentido de unidad en la comprensión de una situación o en nuestra reacción ante ella. La comprensión es esencialmente holística, una capacidad de captar el contexto general que vincula las distintas partes que lo componen. Esta comprensión contextual es la que no tienen los esquizofrénicos, que no pueden unificar la experiencia y por tanto no pueden reaccionar apropiadamente ante ella. La denominamos «pensamiento unificador». Esta capacidad unificadora forma parte esencial de la conciencia y es clave para comprender las bases neurológicas de la IES.

Muchas neuronas están conectadas entre sí en cadenas y circuitos seriales, y otras muchas están conectadas íntimamente con hasta diez mil más en las redes neurales. Pero ningún tipo de conexión neural física liga a todas las neuronas entre ellas ni a todas las cadenas o módulos diferentes de neuronas entre sí. Desde el punto de vista físico, el cerebro consiste en numerosos «sistemas especializados» independientes; unos procesan el color; otros, el sonido; otros, las sensaciones táctiles, etc. Cuando echo una mirada a la habitación en que trabajo, todos estos sistemas especializados son bombardeados por millones de unidades de información perceptiva: visual, auditiva, táctil, térmica, etc. Sin embargo, mi cerebro percibe la habitación como una unidad pues dispongo de un campo perceptivo unificado. El misterio de cómo es posible esto se conoce en neurología, psicología y filosofía como el «problema vinculante». ¿Cómo vincula y reúne mi cerebro todas estas distintas percepciones?

Además, mientras miro en derredor, puedo distinguir muchos objetos diferentes: el escritorio, el ordenador, el reproductor de CD, cuadros en las paredes, la taza de café a mi lado. No hay una neurona central de reproductor de CD ni un modelo neural de taza de café que pueda explicar esta capacidad discriminatoria. Se ha investigado a fondo el problema y ahora se lo comprende, al menos parcialmente.

Un equipo de investigación encabezado por Wolf Singer y Charles Gray en Francfor conectó electrodos en diferentes partes del cerebro de un sujeto. En todo momento, todas las partes del cerebro emiten señales eléctricas que pueden ser leídas por aparatos de electroencefalografía y que oscilan a diferentes frecuencias. El equipo

descubrió que cuando se percibe un objeto como una taza de café, las neuronas de todas las partes cerebrales implicadas en esa percepción oscilan al unísono con una frecuencia entre 35 Hz y 45 Hz (35-45 ciclos por segundo). Las oscilaciones sincrónicas unen las distintas reacciones perceptivas a la taza (la redondez, el color, la altura, etc.) y proporcionan la experiencia de un objeto único y sólido.[12]

Del mismo modo, si se conectan los electrodos a varias zonas de mi cerebro que perciben el reproductor de CD, estas también oscilarán al unísono, pero a una frecuencia ligeramente distinta —aunque siempre en la escala de 35-45 Hz— de aquellas que perciben la taza de café. Y así con los demás objetos de la habitación.

La investigación de Singer ha conseguido estudiar las oscilaciones neurales para la percepción unitaria de objetos. Los estudios neurológicos de gente en meditación refuerzan y amplían estas ideas perceptuales. Fisiológicamente hablando, se ha descubierto que prácticas como la meditación budista Vipassana o el raja yoga (por ejemplo, en la meditación trascendental) reducen la presión sanguínea y hacen disminuir el ritmo del metabolismo, demostrándose eficaces para aliviar tensiones. Pero también se han llevado a cabo estudios electroencefalográficos (EEG) de las ondas cerebrales[13] de los sujetos (y afortunadamente los meditadores, a diferencia de tazas de café y reproductores de CD, pueden describir sus experiencias).

En las prácticas orientales, el meditador se sienta erguido en un lugar apacible al menos veinte minutos. Fija la atención en la respiración, en un sonido (conocido como mantra) o en algo como la llama de una vela. Debido a la inexistencia de distracciones, la mente se sosiega y el sujeto se relaja. En esta fase se notan los efectos en la corriente sanguínea y el metabolismo. Asimismo, en los indicadores EEG se captan ondas alfa coherentes, propias de cuando decrece el estado de alerta.

En la segunda fase más profunda, el meditador pasa a un estado de conciencia vacío de contenidos y de cualquier pensamiento específico. También puede percibir una visión determinada. Los estudios de EEG en esta fase de la práctica muestran mayor cantidad de ondas cerebrales coherentes en varias frecuencias (incluyendo 40 Hz) a lo largo y ancho de grandes zonas cerebrales. Tal como la describen los sujetos, la experiencia de los contenidos conscientes que pasan a formar parte de una unidad va acompañada por otra unidad de oscilaciones neurales.

Hasta hace muy poco no hubo nuevas investigaciones sobre la

importancia y el papel de las oscilaciones neurales de 40 Hz en el pensamiento unitario más allá de las de Singer y Gray (y otros trabajos similares) y los estudios de meditación. Pero en los años noventa empezó a aparecer nueva información en las publicaciones científicas. Se había creado una nueva tecnología llamada magnetoencefalografía y que permite estudios más sensibles y a mayor escala (por todo el cerebro) de estas oscilaciones y del cometido que tienen en la inteligencia humana. Como veremos en el capítulo 2, dedicado por entero a estas investigaciones, existen pruebas sólidas de que las oscilaciones neurales sincrónicas en la escala de 40 Hz

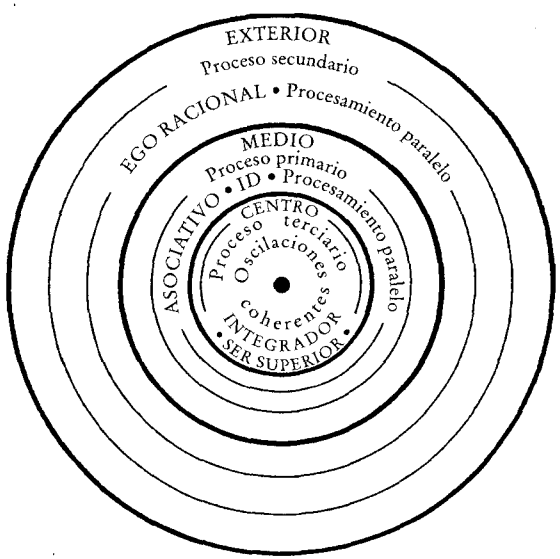
- ❑ median el procesamiento de información consciente entre los sistemas neural y serial del cerebro permitiendo la clase de coordinación presente en los experimentos con ajedrez, o en el vínculo IC-IE ilustrado por el trabajo de Damasio,
- ❑ son la base neural más posible para la conciencia y toda la experiencia consciente unificada, incluyendo la percepción de objetos, de significados y la capacidad de formular y reformular nuestra experiencia,
- ❑ y son la base neural para esa inteligencia unificadora en alto grado que denominamos «inteligencia espiritual» o IES.

TRES PROCESOS PSICOLÓGICOS

En la psicología freudiana se describen dos procesos básicos para cribar e integrar información psicológica:

- ❑ El proceso primario o id es básicamente el subconsciente: el mundo de los sueños, las motivaciones subconscientes, los actos fallidos, los recuerdos reprimidos, etc.
- ❑ El proceso secundario es el mundo de la conciencia y el ego, y en su conjunto es lógico, racional y lineal.
  Desde el punto de vista neurológico, podemos ver estos dos procesos realzados por el pensamiento paralelo o asociativo (proceso primario) y por el pensamiento serial (proceso secundario).
- ❑ Pero hemos visto que en la estructura cerebral hay un tercer tipo de pensamiento unificador que parece constituir la base neurológica de lo que llamaremos «el proceso terciario».

Muchos estudiantes de religión, así como numerosos humanistas y psicólogos transpersonales, han descrito tres procesos psicológicos. Ken Wilber, por ejemplo, los denomina prepersonal (el instintivo), personal (fenómenos en el ámbito del ego) y transpersonal (lo que va más allá del ego hasta el centro del ser).[14] Parece haber buenas razones para vincular estos tres procesos a los tres tipos de estructura cerebral neural de pensamiento y así a las tres clases de inteligencia. Esto puede ilustrarse con un diagrama simple de nuestra vida mental a partir de tres capas del ser, en el que cada círculo concéntrico es un proceso psicológico diferente. En la tercera parte de este libro, desarrollaremos esta idea con detenimiento.



Cada uno de los círculos concéntricos representa un proceso psicológico diferente

La capa exterior racional del CI se usa muy a menudo —tal vez demasiado a menudo en nuestra cultura occidental y tecnológica— para interactuar con eficacia con el mundo público de textos escritos, agendas y planificaciones lineales u orientadas a objetivos. En nuestras casas, en la vida privada, podemos descansar optando por una mezcla de procesos racionales y asociativos con la que damos expresión a diferentes caras de nosotros mismos. Tanto nuestras emociones

como nuestros sueños son más asociativos y están conectados con la capa media del ser. Más allá está el sueño profundo, los estados alcanzados en meditación trascendental o un proceso provocado cuando necesitamos ser creativos. De esta tercera capa, del hondo centro del ser (la IES) es de donde salen a la superficie fenómenos integrados entre sí en un contexto más amplio. Este proceso terciario está asociado con la espiritualidad y con la inteligencia espiritual en su más amplia acepción.

HIPERPENSAMIENTO, EL PROCESO TERCIARIO Y LA IES

A su nivel neurológico más simple, he descrito la IES como la capacidad de reformular y recontextualizar la experiencia y, por ende, una capacidad para transformar nuestra comprensión de la realidad. Hay una teoría matemática llamada «hiperespacio» que echa alguna luz en este nivel más básico. El truco es pensar que no hay tres dimensiones espaciales ni siquiera cuatro, sino *n* dimensiones, cada una de las cuales aumenta la perspectiva de la anterior. En su libro *Hiperespacio*, el físico Michio Kaku usa el ejemplo de una familia de peces de colores nadando en derredor de una pecera. Desde su perspectiva actual, los peces no tienen la sensación de estar en el interior de una pecera ni de que está llena de un líquido llamado agua. Es su mundo, lo dan por sentado.

Pero en el ejemplo de Kaku, uno de los pececillos de repente pega un gran salto que lo eleva por encima de la superficie del agua. «¡Ah! —exclama—. Mirad de dónde vengo.» Ve la pecera, los otros peces y el agua desde esta nueva perspectiva y reconoce que viene de un mundo de peceras y agua. Y ahora el pez sabe que hay un mundo mayor fuera de la pecera y otros medios distintos al agua por los que moverse. Ha recontextualizado su situación original y transformado su visión de la realidad.

Por medio de pequeñas experiencias perceptuales como esta, la IES permite que esta capacidad recontextualizadora y transformadora se manifieste casi cada día. Siempre que miramos el mundo con ojos renovados vemos que los objetos tienen nuevas relaciones entre sí y con el entorno. Pero esta sólo es la dimensión más básica de una inteligencia y sus correspondientes procesos neurales, que en sus formas más complejas nos puede tocar y transformar la vida a cualquier

nivel. El ampliado horizonte del pez de colores puede limitarse a ver su pecera y sus compañeros en un contexto mayor, pero en los seres humanos, variaciones más complejas de esos mismos procesos neurales alteran el *sentido* y la sustancia existencial de nuestras propias vidas.

En su obra *El libro tibetano de los vivos y los muertos*, Sogyal Rinpoche describe el profundo efecto en su conciencia y las «vastas implicaciones» para su vida que le produjo la comprensión en un momento de lucidez de la verdadera naturaleza de la impermanencia. Pero lo que aquí dice de la impermanencia se podría aplicar a cualquier visión lograda por medio de la IES, o sea, del proceso psicológico terciario.

> Es como si hubiéramos vivido todas nuestras vidas en un avión en medio de turbulencias y negros nubarrones cuando de improviso el aparato sale a un cielo límpido y abierto. Esta salida a una nueva dimensión de libertad nos anima y entusiasma... Y a medida que esta nueva conciencia empieza a ser viva y rotunda, ocurre lo que las Upanishads (antiguos textos hindúes) llaman «un giro en el centro de la conciencia», una revelación personal y absolutamente no conceptual de lo que somos, de por qué estamos aquí y de cómo debemos actuar, «lo que acaba siendo nada menos que una nueva vida, un nuevo nacimiento, casi una resurrección».[15]

Esta sensación de resurrección es la dimensión existencial de nuestra inteligencia espiritual. No se trata de un mero estado mental sino de una forma de conocimiento, una manera de ser, que transforma por completo nuestra comprensión y nuestras vidas.

4

MÁS SOBRE LAS OSCILACIONES NEURALES DE 40 HZ, LA CONCIENCIA Y LA INTELIGENCIA ESPIRITUAL

> Las actuales teorías de la conciencia deberían quitar importancia al papel de las entradas *(inputs)* sensoriales al determinar eventos cognitivos en curso. En cambio, nosotros favorecemos la idea de que el sistema nervioso es esencialmente un sistema cerrado que genera estados oscilatorios basados en las propiedades intrínsecas de sus neuronas constitutivas y de sus conexiones. Estos estados oscilatorios forman los eventos computacionales provocados por los estímulos sensoriales.
>
> DENIS PARE Y RODOLFO LLINAS, *Neuropsychologia*[1]

Estas pocas frases sumamente técnicas y concentradas desafían dos mil años de filosofía occidental sobre la naturaleza de la mente, y a los últimos cien años de teorías de científicos cognitivos y neurobiólogos sobre el mismo tema. Desde Platón hasta la fecha hemos creído que la conciencia es «conciencia de algo». Nos han dicho que la mente es una pizarra en blanco (o conjunto de neuronas) puesta en funcionamiento por medio de estímulos provenientes del mundo exterior. En palabras del filósofo del siglo XVII John Locke, «Todas las ideas vienen de la sensación o la reflexión. Imaginemos que la mente es como un papel en blanco, sin ninguna escritura, sin ideas».[2]

Una opinión similar llevó en 1994 a la «asombrosa hipótesis» de Francis Crick, premio Nobel, por la cual «vosotros, vuestras alegrías y penas, vuestros recuerdos y ambiciones, vuestro sentido de identidad personal y de libre albedrío, no son más que el comportamiento de una vasta agrupación de células nerviosas y sus moléculas correspondientes».[3] Para neurocientíficos como Crick, lo único que importa es el comportamiento, ya sea de células nerviosas aisladas o de

todo el individuo. La conciencia, un mero efecto lateral de ese comportamiento, es algo que un científico puede obviar.

Por el contrario, la muy reciente investigación de Pare y Llinas sobre las oscilaciones neurales en 40 Hz ha demostrado que la conciencia es una propiedad intrínseca de la mente. La conciencia simplemente *es* en y por sí misma aunque en este contexto la conciencia intrínseca puede ser modulada (o sea, recibir una forma específica) por los estímulos del mundo exterior o del interior del propio cuerpo. La investigación de Pare y Llinas, más próxima a la idea de la conciencia de los pensadores budistas o a la de pensadores idealistas occidentales como Kant, Hegel y Schopenhauer, demuestra, como veremos, que al menos todos los mamíferos comparten la propiedad de tener esta conciencia intrínseca, y que esa misma conciencia es en sí misma un proceso trascendente; es decir, la conciencia nos pone en contacto con una realidad mucho más profunda y más rica que la mera conexión y vibración de unas pocas células nerviosas.

LA BASE NEURAL DE LA TRASCENDENCIA

La trascendencia es quizá la calidad más esencial de lo espiritual. Según los teólogos y muchos otros pensadores religiosos, lo trascendente normalmente significa algo que está más allá del mundo físico. En este libro uso el concepto para referirme a algo más modesto y al mismo tiempo más fundamental. Sugiero que lo trascendente es lo que nos lleva más allá, más allá del momento actual, de nuestra actual alegría o sufrimiento y de nuestros egos actuales. Nos transporta más allá de los límites de nuestro conocimiento y pone estas realidades en un contexto más amplio. Nos da una idea de lo extraordinario y lo infinito dentro de nosotros mismos y de nuestro entorno. Muchos que lo han experimentado lo llaman Dios; otros dicen haber tenido una experiencia mística; otros lo sienten a través de la belleza de una flor o de una obra musical.

Según los psicólogos, el 70 por ciento de las personas ha tenido algún tipo de experiencia de trascendencia,[4] lo cual me predispone a rechazar la «asombrosa hipótesis» de Crick. El comportamiento de las moléculas y células nerviosas es finito; los seres humanos pueden experimentar lo infinito. La capacidad de usar y acceder a la experiencia de valores y significados más elevados es la base de lo que de-

nominamos IES, o inteligencia espiritual. A muchos nos gustaría poseer una comprensión científica de la misma, pero debe ser una que no desmerezca ni rechace esas mismas cualidades nuestras ni las experiencias que nos hacen sentir más humanos.

Un ejemplo muy simple del fenómeno de la trascendencia en la naturaleza —análogo a los estados de oscilación neural— es citado por Pare y Llinas. Se refiere a un océano absolutamente inmóvil y transparente en el que se han creado olas. El agua del océano está en cada ola, es la misma esencia de cada ola; sin embargo, cuando contemplamos la escena sólo vemos el oleaje. Si *fuéramos* esas olas, sólo nos veríamos las unas a las otras y no veríamos el océano aunque podríamos vivir una sensación interior más profunda del océano. Se puede ver el universo como un inmóvil y transparente océano de energía y a todos los seres y cosas existentes como olas encima de él. Esto es lo que describe la física más compleja que se haya inventado hasta la fecha: la teoría de los campos cuánticos.

Según esta teoría, el universo y todos sus componentes no son más que energía en diferentes estados de excitación. Gente, mesas, sillas, árboles y el polvo de estrellas son pautas de energía dinámica contra un telón de fondo (el vacío cuántico) de energía inmóvil y tranquila que, por tanto, no posee cualidades que podamos tocar o medir directamente. Cualquiera de esas cualidades sería una excitación (una ola) del vacío, no el mismo vacío (el océano). Entonces, el vacío cuántico casi trasciende sus cualidades y su existencia. Sin embargo, también la existencia es ligeramente sensible a esta dimensión trascendente, como se demuestra en lo que los físicos llaman el «efecto Casimiro»: cuando dos placas de metal se juntan mucho, se atraen entre sí debido a la sutil presión que el vacío cuántico ejerce sobre ambas.

El tipo de trascendencia ilustrado por el vacío cuántico es similar al descrito por el *Tao* (o Vacío) en numerosos textos taoístas, hindúes y budistas. En palabras del *Tao Te Ching:*

> Mira, no se puede ver; está más allá de la forma.
> Escucha, no se puede oír; está más allá del sonido.
> Atrápalo; no se puede atrapar; es intangible.
> Los tres son indefinibles;
> Por tanto, están unidos en uno.

De arriba no es brillante;
De abajo no es claro:
Una hebra sin rotura ni descripción.
Regresa a la nada.
La forma de lo informe,
La imagen de lo sin imagen
Se llama indefinible
y más allá de la imaginación.

Pero aunque los sabios orientales sentían que no podían *decir* nada del Vacío, que no podían *atrapar* el *Tao*, creían que los practicantes de la meditación podían *experimentar* un estado de sabiduría o estados menores pero conducentes a la sabiduría. Dicha experiencia es, por así decirlo, una versión espiritual del efecto Casimiro de los físicos.

Las excitaciones del vacío cuántico son como las cuerdas de la guitarra tras haber sido rasgueadas. Esas cuerdas oscilan o vibran. Esta analogía nos acerca al cerebro cuyas neuronas oscilan cuando son estimuladas. El trabajo de Wolf Singer y Charles Gray sobre el «problema de fijación» (véanse páginas 67-69) demuestra que en todo el cerebro los paquetes de neuronas oscilan al unísono a similares frecuencias (alrededor de 40 Hz) si perciben el mismo objeto. Esas oscilaciones coherentes, tal como demostraron esos científicos, proporcionan unidad a nuestras percepciones. A un nivel neural, se puede describir esta unidad como una dimensión trascendente a la actividad de las neuronas individuales. Sin ella, nuestro mundo consistiría en fragmentos sin sentido.

Volviendo a la analogía del océano, dichas oscilaciones coherentes son el océano de la conciencia de fondo mientras que las percepciones, los pensamientos y las emociones específicas son las olas en el océano: modulaciones de la actividad oscilatoria básica. Por tanto y cuanto menos, cada pensamiento o emoción tiene su dimensión trascendente contra el amplio fondo oscilante.

CUADRO GENERAL DE LAS OSCILACIONES NEURALES

En el cerebro hay todo tipo de oscilaciones y frecuencias, tal como demuestran los listados de EEG de las pautas ondulatorias del cerebro. Los neurocientíficos han podido asociar algunas de estas

pautas con niveles específicos de actividad mental o de estado de alerta (véase tabla).

Se sabe que estas distintas oscilaciones neurales están asociadas con campos eléctricos cerebrales generados por muchas dendritas oscilando en concierto, pero no disparando de verdad. Esas oscilaciones son distintas de los potenciales de acción que se disparan por el axón neural; son otro modo en que el cerebro se puede comunicar consigo mismo.

El significado de las distintas pautas de ondas cerebrales

Tipo	*Velocidad*	*Cuándo y dónde se observa*	*Qué significa*
Delta	0,5-3,5 Hz	Sueño profundo o en coma. También dominante en cerebros infantiles	Inactividad cerebral
Theta	3,5-7 Hz	En sueños y en niños de 3-6 años	Información intermitente pasa de una zona del cerebro a otra, del hipocampo a almacenamiento más permanente en la corteza
Alfa	7-13 Hz	En adultos o niños de 7-14 años	Estado relajado de alerta
Beta	13-30 Hz	En adultos	Trabajo de concentración mental
Gamma	c. 40 Hz	Mente consciente despierta o durante el sueño	Según Singer y Gray, responsable de la fijación perceptual
	c. 200 Hz	Recién descubierta en el hipocampo	Función todavía desconocida

Hasta hace muy poco tiempo, poco más se podía descubrir sobre la naturaleza, función o alcance de las oscilaciones neurales porque la máquina electroencefalográfica era la única tecnología disponible para observarlas. Los campos eléctricos del cerebro son muy débiles; el mismo cerebro conductor de electricidad y el cráneo actúan como barrera entre ellos y los electrodos del EEG aplicados sobre el cuero cabelludo (los electrodos se pueden aplicar sobre o dentro del cerebro sólo cuando son imprescindibles en las operaciones quirúrgicas). Por tanto, las lecturas eran limitadas y condicionadas. Incluso el trabajo de Singer y Gray se había hecho midiendo las oscilaciones en neuronas específicas con electrodos individuales y, por tanto, también era limitado. Esas mediciones eran suficientes para ilustrar la

existencia de oscilaciones simultáneas en diferentes sitios del cerebro relacionadas con un acto (visual) perceptivo individual, pero no podían dar una visión amplia del alcance de esas oscilaciones en cientos de sitios al mismo tiempo. Aunque interesantes, los resultados no bastaban para explicar toda una actividad cerebral como la conciencia ni para ilustrar una vasta y trascendente dimensión para nuestra vida cognitiva. A fines de 1994, Francis Crick descartó la importancia de las oscilaciones de 40 Hz con las siguientes palabras: «Al final, resulta difícil creer que nuestra impresionante imagen del mundo dependa de verdad y por completo de las actividades de unas neuronas "ruidosas" y tan difíciles de observar.»[5]

LA MAGNETOENCEFALOGRAFÍA - LA MEG

La magnetoencefalografía representa un paso adelante de la EEG. Mientras la EEG mide la actividad eléctrica generada por el cerebro, la MEG mide la actividad magnética asociada. No hay problema de barreras físicas porque el cerebro, el cráneo y el cuero cabelludo no interfieren con los campos magnéticos. La tecnología MEG dio comienzo en los años ochenta, pero los primeros aparatos sólo podían medir pequeñas zonas cerebrales por vez. Con el desarrollo de los MEG que cubren todo el cerebro a fines de los noventa, los neurocientíficos finalmente pudieron obtener una imagen de la actividad neural oscilatoria a lo largo y ancho y en profundidad del cerebro.[6]

A la fecha, los estudios con MEG ya han facilitado ingentes cantidades de información sobre los numerosos y complejos ritmos oscilatorios del cerebro, su alcance, sus funciones y su relación con fenómenos como el movimiento corporal, las órdenes auditivas y la concentración. Para nuestro propósito, lo más interesante es la información generada por las oscilaciones de 40 Hz.

LAS OSCILACIONES NEURALES DE 40 HZ

Gran parte de la investigación sobre la naturaleza y función de las oscilaciones de 40 Hz en el cerebro ha sido llevada a cabo por Rodolfo Llinas y sus colegas de la facultad de medicina de la Universidad de

Nueva York. Su trabajo se ha visto inspirado por una pasión por comprender el «paradigma cuerpo-mente». «Como neurocientífico —dice—, lo más importante a que uno se puede dedicar tiene que ver con la manera en que el cuerpo y la mente se relacionan entre sí.»[7] Su trabajo aclara más la investigación de Singer y Gray sobre las oscilaciones neurales coherentes y su papel en la resolución del «problema de fijación».[8]

Los estudios con MEG han demostrado que las oscilaciones relativamente rápidas de 40 Hz se encuentran en todo el cerebro, en diferentes niveles y sistemas. En los sitios periféricos, se las encuentra en la retina[9] y el bulbo olfatorio.[10] También se hallan en el tálamo, en el núcleo reticular talámico y en la neocorteza. De hecho, las oscilaciones de 40 Hz cubren toda la corteza, se mueven en ondas de adelante atrás y tienen dos componentes. En la capa más exterior las ondas de 40 Hz se comportan como una corriente fluida y tranquila. Se cree que hacen posible la fijación espacio/temporal de experiencias específicas perceptuales o cognitivas. En zonas más profundas de la corteza, donde tienen lugar las entradas o *inputs* sensoriales, ondas de 40 Hz más concretamente localizadas actúan como un «oleaje» en el «océano» de oscilaciones ligeramente fluidas. Se piensa que estas oscilaciones localizadas posibilitan el *contenido* de una experiencia perceptual o cognitiva determinada.[11]

Tanto las oscilaciones locales como las más generalizadas trascienden la capacidad de cualquier neurona o de cualquier grupo de ellas porque comunican o compaginan los procesos perceptuales e intelectuales por todo el cerebro. En otras palabras, ponen la actividad de una neurona individual en un contexto más amplio y significativo (los inicios de la IES). Estas oscilaciones se encuentran en los cerebros de todos los mamíferos y también se las ha hallado en algunas aves y langostas, aunque todavía no entendemos lo suficiente el cerebro de esos animales como para saber si sus oscilaciones significan lo mismo que en los mamíferos.

Las investigaciones más recientes de Llinas prueban que las oscilaciones de 40 Hz están presentes tanto en la vigilia como en el sueño profundo o REM (siglas inglesas para movimientos rápidos de ojos) que probablemente acompaña la «acción» del sueño. Las implicaciones son grandes tanto para la naturaleza de la conciencia en general como para la base neural de nuestra inteligencia espiritual.

El trabajo de Llinas ha demostrado, primero, que la presencia de la conciencia (o mente) está asociada con la actividad de oscilaciones de 40 Hz; esa actividad cesa si el cerebro está en coma o anestesiado;

y es muy escasa durante el sueño profundo y sin soñar. Segundo, ha probado que la actividad oscilatoria de 40 Hz está muy presente en un estado REM de sueño profundo aunque en ese estado el cerebro no sea sensible a los estímulos perceptuales externos. Llinas demostró que la diferencia entre el cerebro despierto y alerta y el que sueña es simplemente que en el primer caso el cerebro se muestra sensible a esos estímulos externos.[12] El cerebro dormido también está disociado de casi toda la actividad muscular y del pensamiento racional y del ego. Este descubrimiento llevó a Llinas y sus colegas a determinar que la conciencia o mente es un estado intrínseco del cerebro y no un mero subproducto de la experiencia sensorial.

Cuando dormimos, el cerebro «apaga» el mundo exterior y se ocupa de sus propios procesos internos. Llinas sugiere que esto también es verdad en los estados alucinatorios, de trance o de soñar despierto: el cerebro se ocupa de sus propios procesos internos en vez de los del mundo exterior.

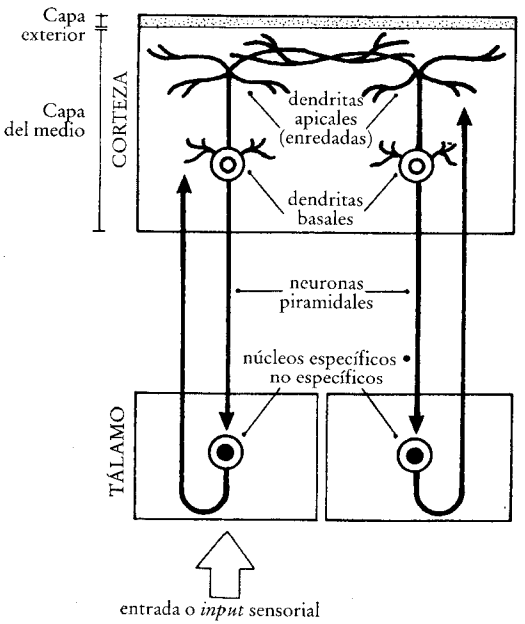
Así pues, ¿de dónde proviene la mente? ¿Cómo es posible que podamos tener ideas y considerar significados? ¿Cómo se dan oscilaciones de 40 Hz en el cerebro? ¿Qué las causa? Para contestar estas preguntas primero debemos ver el papel que cumple el tálamo y su relación con la corteza cerebral.

El tálamo está situado en la parte anterior del encéfalo. Se ocupa principalmente de las sensaciones entrantes, pero algunas de sus partes también lidian con emociones y movimientos. Está presente en los vertebrados inferiores como peces y reptiles. En los seres humanos, el tálamo está encima de la médula espinal, rodeado y envuelto por los pliegues de la corteza cerebral de más reciente evolución. De modo que se encuentra en el centro exacto del cerebro y es una especie de estación repetidora o centralita. En fecha tan reciente como fines de los años ochenta, se creía que la función del tálamo era transmitir las señales de los estímulos sensoriales externos a la corteza donde eran procesados serialmente o en paralelo. Llinas y sus colegas descubrieron otra cosa. Según ellos, esos recorridos del tálamo a la corteza que transmiten estímulos sensoriales utilizan sólo el 20-28 por ciento de las sinapsis que conectan el tálamo con la corteza. La conclusión clara es que la mayoría de las conexiones entre el tálamo y la corteza están dedicadas a algún otro propósito.

Y ese otro propósito, en opinión de Llinas y Pare, es crear un circuito de *feedback* o retroalimentación entre las áreas no específicas del tálamo y la corteza por medio del cual las neuronas oscilatorias intrín-

secas pueden organizarse a sí mismas y producir actividad oscilatoria de 40 Hz a través del cerebro. Esta actividad oscilatoria, a su vez, hace posible tanto la fijación temporal y el contenido de nuestras experiencias cognitivas; en otras palabras, el funcionamiento de la mente consciente: «... la conciencia no es un subproducto de las entradas o *inputs* sensoriales, sino más bien generada intrínsecamente y modulada (o contextualizada) por entradas sensoriales».[13] En suma, el cerebro está *diseñado* para ser consciente y tener una dimensión trascendente.

Volviendo al tema central de la IES, estas oscilaciones de 40 Hz son lo que podríamos llamar su sustrato neural. Así como los tractos neurales lineales o seriales permiten que tenga lugar el procesamiento lógico y racional de información (CI) y las redes neurales paralelas permiten el procesamiento asociativo preconsciente y subconsciente de información (IE), estas oscilaciones de 40 Hz por todo el cerebro proporcionan un medio que puede fusionar nuestra experiencia y colocarla en un marco de más amplio significado (IES).



1. La entrada sensorial por el tálamo va a las capas del medio de la corteza de forma localizada
2. La actividad de ondas en la capa 1 de la corteza (las dendritas apicales) se mantiene mediante circuitos a los núcleos talámicos no específicos.

Todo está muy bien, pero sólo estamos hablando de neuronas y su actividad oscilatoria. ¿Es de allí de donde proviene la mente? ¿Da comienzo realmente con la vibración de unas neuronas individuales y luego se hace más compleja por medio de oscilaciones coherentes por todo el cerebro? De ser así, ¿acaso no tendría razón un científico reduccionista como Francis Crick? ¿Somos nada más que el producto de la actividad de unas cuantas neuronas inquietas? ¿O somos algo más profundo? ¿Qué *causa* las oscilaciones neurales que permiten la conciencia? ¿Podemos suponer que la mente consciente es algo más primario, más fundamental incluso que la maquinaria neural de los cerebros? Filósofos, psicólogos, científicos y teólogos debaten sin cesar estas cuestiones.

De la amplia variedad de libros y monografías de investigación dedicados a ellas, emergen cuatro puntos de vista principales. El filósofo americano David Chalmers los ha estudiado y sopesado la evidencia en que se apoya cada uno.[14] He aquí mi presentación de las cuatro posibilidades, seguida de mis propias ideas de lo que pienso más probable y de cómo puede funcionar.

¿DE DÓNDE PROCEDE LA MENTE CONSCIENTE?

La primera explicación sobre el origen de la conciencia se conoce como *posición dual*. Los dualistas arguyen que hay dos realidades distintas, o tipos de sustancias, en el universo. Una es material y obedece las leyes de la física conocida; la otra es la conciencia y queda fuera del campo de la física. Descartes, el filósofo francés del siglo XVII, fue el primer y mejor conocido dualista. «Sé —dijo— que tengo una mente. Sé que tengo un cuerpo. Y sé que los dos son absolutamente distintos.»[15] Para Descartes, la mente y el cuerpo están conectados «por accidente» en el cerebro, concretamente en la glándula pineal. De vivir hoy en día y sabiendo lo de las oscilaciones neurales de 40 Hz, sin duda diría que la mente y el cuerpo se encontraron accidentalmente en las oscilaciones.

Descartes no dudaba de la existencia del alma humana inmortal y de su inteligencia. La fuente de ambas era Dios. Ciertamente, para Descartes *toda* inteligencia es «espiritual» porque creía que nuestra inteligencia consiste en «ideas claras y bien definidas» plantadas en la mente por Dios.

Hubo numerosos dualistas respetados en el siglo XX, incluso en círculos científicos. El neurobiólogo y premio Nobel sir John Eccles escribió *El ser y su cerebro* junto al filósofo Karl Popper, libro que proponía que la materia estaba hecha de átomos y la mente de «psicones», o partículas fundamentales de la conciencia. Pero la gran mayoría de la gente procientífica hoy rechaza el dualismo como un amaño científico o filosófico. El peso de la opinión y la evidencia actual sugiere que la conciencia debe haberse originado de algún modo según las leyes físicas fundamentales que permiten la existencia de todo lo demás.

¿Existe algo llamado conciencia? ¿Alguien lo duda seriamente? Pues sí: los *materialistas eliminativos*. Actualmente el más famoso es el filósofo Daniel Dennett, quien en su *Conciencia explicada* esencialmente encuentra una explicación convincente para la conciencia. Para Dennett y otros pensadores de la misma línea no hay más que el cerebro con sus neuronas, su estructura y sus funciones. Como fue el caso de los behavioristas de hace décadas como J. B. Watson, no vale la pena discutir nada más. Si hay en el cerebro oscilaciones de 40 Hz, pues muy bien. Hay que preguntarse qué papel tienen en la percepción y procesamiento de la información. Podemos preguntarnos qué comportamiento producen y qué neuronas oscilan. Pero el concepto «conciencia» no es más que una quimera. Los materialistas eliminativos creen que discutir conceptos semejantes es una pérdida de tiempo.

Los críticos de Dennett han dicho que, aunque él mismo quizá no sea consciente, debiera permitir la posibilidad de que otra gente lo fuera. Muchos neurocientíficos se consideran gente consciente y desean comprender el fenómeno. Francis Crick, por ejemplo, está entre quienes aceptan que *hay* un fenómeno llamado conciencia y que, por tanto, es menester explicarlo, pero al mismo tiempo su «teoría asombrosa» deja en claro que él y otros como él piensan que la mente debe ser explicada según los parámetros de la actual ciencia materialista. Esa tendencia es conocida como *materialistas blandos*. Sea lo que sea la conciencia, un día será explicada satisfactoriamente como un fenómeno que surge de la estructura y las funciones de las neuronas. Esas oscilaciones de 40 Hz o algo parecido forman esta historia. No existe el llamado «espíritu humano» más allá del cerebro y sus capacidades. Alguien como Crick puede conceder la posibilidad de una «inteligencia unificadora» puesta en marcha por oscilaciones neurales coherentes, e incluso puede relacionarla con el concepto de «significado» en

un sentido limitado,[16] pero es sumamente improbable que llegue a denominarlo con una idea siquiera aproximada a la de «inteligencia espiritual».

Luego están quienes superan en mucho el actual materialismo al sugerir que en realidad la materia tiene un *doble aspecto*, es decir, que la mente y la materia son dos caras de la misma moneda. A veces se los denomina *dualistas de las propiedades*, ya que sostienen que la misma sustancia básica del universo, sea lo que sea, tiene las propiedades duales de la mente y la materia. Con respecto a la relación entre las oscilaciones neurales de 40 Hz y la conciencia, afirman que la materia que compone las neuronas adquiere la propiedad de conciencia de las simples oscilaciones, un fenómeno en sí mismo que carece de antecedentes. Se trata de una propiedad que surge de la forma en que a veces se combinan las neuronas.

Para responder a preguntas como «¿Qué causa las oscilaciones?» o «¿De dónde procede la conciencia?», los teóricos duales dicen que las oscilaciones simplemente oscilan, pero que al hacerlo emerge la conciencia como una nueva propiedad asociada con ese sistema. Un poco como sacarse el conejo de la chistera, comentan algunos críticos.

¿Qué pasa entonces con la trascendencia y el «espíritu humano»? En nuestra opinión, las explicaciones dualistas de la conciencia conforman una forma débil de trascendencia o de espíritu humano o alma parecida al «subconsciente colectivo» del psicólogo C. G. Jung: compartimos una dimensión de nuestra vida mental con otras criaturas. Para esta teoría, la conciencia es una propiedad que surge con el cerebro, posiblemente con la misma vida, o al menos con cerebros de mamíferos que experimentan oscilaciones de 40 Hz. Así pues, los seres humanos al menos somos hijos de la vida en este planeta, o como mínimo de la vida mamífera, y por tanto no somos sólo nuestras neuronas, ni siquiera sólo nuestros limitados egos. Nuestra conciencia, o algún aspecto de nuestra inteligencia al menos, pertenece a un ámbito mayor. La inteligencia trascendente que denominamos «inteligencia espiritual» sitúa en este caso nuestras raíces fuera de nosotros mismos y en una más amplia corriente vital.

David Chalmers comenta que las teorías dualistas tienen mucho sentido y que, sin embargo, le dejan insatisfecho. Muchos opinan lo mismo. En palabras de Chalmers, «esperamos que una ley fundamental sea sobre algo fundamental». Si la conciencia es una propiedad fundamental de la «materia primigenia», ¿por qué sólo aparece

en el cerebro o en colecciones de neuronas oscilantes? «¿Por qué no en teléfonos?», se pregunta Chalmers con sorna.[17]

Chalmers, siguiendo los pasos del filósofo Bertrand Russell en 1927, propone algo más fundamental. Al igual que Russell, sugiere que la llamada *protoconciencia* constituye una propiedad fundamental de toda la materia al mismo nivel que la masa, la carga, el efecto o la posición. En su opinión, la protoconciencia forma parte natural de las leyes físicas fundamentales del universo y ha estado presente desde el inicio del tiempo. Todo lo existente, desde partículas básicas como quarks y átomos hasta piedras, estrellas, cortezas de árbol, etc., posee protoconciencia.

Otros científicos han sostenido las mismas ideas. El biólogo Julian Huxley escribió: «Toda la realidad consiste, como ha dicho [el filósofo] Whitehead, en eventos. Vistos desde fuera, los eventos son materia; experimentados desde dentro, son mente.»[18] Unos años antes, Jung había escrito, «Ya que la psique y la materia forman parte de un solo mundo y, además, están en contacto continuo entre sí... no sólo es posible sino bastante probable que incluso la psique y la materia sean dos aspectos diferentes de una sola cosa.»[19] Por tanto, algunas estructuras como el cerebro disponen de lo necesario para combinar todas estas pizcas de protoconciencia en una conciencia plenamente desarrollada. Según las últimas investigaciones neurales, yo diría que las oscilaciones neurales y coherentes de 40 Hz deben poseer esta característica necesaria.

La idea de que la protoconciencia es una propiedad fundamental de toda la materia representa una débil forma de *panpsiquismo*, idea sostenida por filósofos budistas e hindúes y algunos pensadores occidentales como Whitehead de que la conciencia domina el universo y todos sus componentes. Cualquier teoría panpsiquista sobre el origen de la conciencia llevaría a una forma de intensa trascendencia para la mente y su inteligencia espiritual. Si las oscilaciones neurales del cerebro fueran una versión coherente de una propiedad fundamental que domina el universo entero, entonces nuestra inteligencia espiritual nos situaría no sólo en la vida sino aún con mayor fuerza en el cosmos.

Naturalmente, tamaña trascendencia de la IES representa una perspectiva muy positiva. Significaría que un aspecto fundamental de la inteligencia humana nos da acceso al terreno del ser, a las leyes y principios fundamentales de la existencia, tal como siempre han sostenido los pensadores budistas e hindúes. En ese caso, la mente se

origina en el centro de todas las cosas. El aspecto de nuestra inteligencia que es la IES trasciende el mero ego, el mero cerebro, la mera «mezcolanza de neuronas» y se convierte en expresión de lo que la mayoría de los occidentales han denominado «Dios».

Es importante darse cuenta de que no se trata de un pensamiento materialista o reduccionista. En el materialismo, la materia crea la mente. En el idealismo, la mente crea la materia. En esta versión actual de la teoría dualista, tanto la mente como la materia emergen de algo aún más fundamental que es ambas cosas a la vez y ninguna. Desarrollar esta idea más plenamente requeriría demostrar que tanto los aspectos materiales y mentales de un sistema tienen propiedades causales. Eso superaría los objetivos de este libro, pero el argumento ha sido desarrollado en una reciente propuesta del especialista Ian Marshall.[20]

Comparto esta idea de la protoconciencia. Para mí no tiene sentido que la conciencia aparezca arbitrariamente de la nada. Del mismo modo, me parece demasiado arriesgado sugerir que cosas como átomos y piedras sean tan conscientes como nosotros. Me parece que encaja mejor la noción de que la «materia bruta» posee una forma débil de protoconciencia que puede convertirse en conciencia plena sólo en ciertas estructuras como los cerebros. Esta idea tiene cierto viso de verosimilitud. Pero incluso a una teoría como esta le falta un eslabón. Aún necesitamos proponer algún tipo de fenómeno-puente en el cerebro entre la materia bruta protoconsciente y las neuronas individuales y luego en todas las oscilaciones neurales coherentes plenamente conscientes. Para hacerlo, opino que se debe estudiar en detalle el fenómeno cuántico en el cerebro. Puede representar el eslabón necesario que pruebe por qué los cerebros poseen lo indispensable para generar una conciencia plena.

¿TIENE EL CEREBRO UNA DIMENSIÓN CUÁNTICA?

La teoría cuántica fue una de las cuatro nuevas ciencias del siglo XX. Se formuló en principio para describir el comportamiento del diminuto micromundo en el interior de los átomos, pero hoy sabemos que su descripción de los distintos comportamientos físicos también puede aplicarse a estructuras mucho mayores. Los rayos láser y las estrellas de neutrones forman parte del instrumental cuántico. Los

chips de silicio operan según principios cuánticos. De hecho, gran parte de la tecnología con que ha dado comienzo este milenio es tecnología cuántica. Ya se están llevando a cabo investigaciones promisorias en ordenadores cuánticos que serán ultrarrápidos y capaces de «pensar» de un modo diferente a los actuales.

La teoría cuántica describe comportamientos físicos indeterminados y «holísticos». Lo que aquí nos interesa es el cuántum holístico. En ese contexto, el holismo significa que las numerosas partes individuales de un sistema cuántico están tan integradas que se comportan como un todo individual y unificado. Los límites de los fotones (partículas de luz) individuales en un rayo láser, por ejemplo, están tan traslapados que el rayo se comporta como si sólo hubiera presente un único e inmenso protón. Por esa razón los rayos láser son tan concentrados.

Hay una clase especial de estructuras cuánticas que poseen la propiedad de este extremo holismo cuántico. Se las conoce como condensados Bose-Einstein (por el físico indio Bose y Albert Einstein). Los rayos láser, los superfluidos y los superconductores son condensados Bose-Einstein casi perfectos. Si una estructura de esta naturaleza se encontrara en el cerebro permitiría que todas las neuronas o un gran número de ellas se comportasen tan sincrónicamente que se convertirían en una sola. Tal actividad cuántica explicaría la especial unidad de la conciencia.[21] Asimismo, explicaría cómo muchos bits separados de protoconciencia se combinarían para convertirse en un campo de experiencia consciente.

El biólogo J. B. S. Haldane originó en los años treinta las teorías cuánticas de la conciencia.[22] En los cincuenta, el físico David Bohm observó que existía «una gran analogía entre los procesos cuánticos y nuestras propias experiencias internas y procesos de pensamiento».[23] La mayoría de las actuales teorías cuánticas se han concentrado en la búsqueda de la unidad cuántica (o coherencia cuántica) en el agua de las células neurales,[24] en los microtúbulos,[25] o en la especial actividad dentro de las membranas neurales.[26, 27, 28] Pero todas estas teorías se concentran en la microactividad en el interior de una neurona. Tanto el problema de fijación como recientes estudios de MEG de las oscilaciones de 40 Hz dejan claro que la coherencia con respecto a la conciencia es una coherencia entre una gran cantidad de neuronas diferentes. De modo que ahora el interrogante es si puede haber una coherencia cuántica a gran escala a lo ancho y largo del cerebro.

Empecemos por lo que hace oscilar a una neurona individual. Se sabe que la responsable es la actividad eléctrica rítmica en la membrana de la neurona, igual que el muelle de una puerta giratoria. Toda la membrana neural está impregnada de canales que, estimulados química o eléctricamente, permiten el paso de partículas atómicas cargadas (iones). Se los conoce como canales iónicos. Debido a que los iones están eléctricamente cargados, generan campos eléctricos a su paso por los canales y esta actividad genera oscilaciones eléctricas en la misma neurona. El campo eléctrico en que se encuentran las oscilaciones de 40 Hz en todo el cerebro es un fenómeno colectivo de la suma de estas oscilaciones en cada neurona individual. La pregunta aquí es si el campo eléctrico que abarca el cerebro es un campo eléctrico *cuántico* en el que las oscilaciones de 40 Hz son oscilaciones cuánticas coherentes.

Michael Green, de la Universidad de Nueva York, recientemente ha propuesto que la actividad en los canales iónicos neurales es iniciada por fenómenos de «túneles cuánticos»[29] («túneles cuánticos» se refiere a un proceso por el cual una partícula «traspasa» una barrera de energía convirtiéndose en una onda antes de salir como partícula por el otro lado). Esta explicación encaja con los resultados del experimento. Así, es muy probable que haya actividad cuántica en los canales iónicos individuales. Los canales vecinos en la misma dendrita están posiblemente lo bastante próximos como para que los campos eléctricos del cerebro logren que su actividad tenga una coherencia cuántica.

En el siguiente nivel superior, las neuronas corticales piramidales (60-70 por ciento de todas las neuronas corticales) representan un caso especial y enigmático.[30] No tienen uno sino dos conjuntos de dendritas. Las dendritas basales de las capas medias de la corteza reciben entradas (o *inputs*) sensoriales localizadas de modo habitual. Pero en la superficie cortical también hay dendritas apicales demasiado alejadas del cuerpo celular como para lograr que se dispare la neurona a menos que todas sean estimuladas de forma simultánea. Las dendritas apicales están íntimamente entrelazadas de modo que sus campos eléctricos interactúan. Este arreglo anatómico parece diseñado para crear ondas en las capas más exteriores de la corteza, de modo que las «muchas voces» de oscilaciones neurales separadas se unifican en una sola voz «coral». Eso es lo que observaron Llinas y sus colegas y nadie ha podido sugerir otra razón fundada para la existencia de las dendritas apicales. Además, cualquier droga que anula esta actividad de ondas anula también la conciencia.

Este es un argumento sólido para concluir que las oscilaciones coherentes en la capa exterior de la corteza son necesarias para la conciencia. Pero ¿son cuánticas esas oscilaciones? ¿Se combinan los pasos cuánticos individuales por los miles de canales iónicos para crear un solo evento cuántico y holístico? (Una analogía es que los electrones en los empalmes Josephson, usados en algunos instrumentos electrónicos muy avanzados, traspasan el túnel de la barrera en pares en vez de hacerlo individualmente.) En todo caso, para probarlo se requieren cálculos y experimentos muy complejos que aún no se han llevado a cabo. Para que el campo eléctrico del cerebro tenga la propiedad de holismo cuántico sólo es necesario que el 1 por ciento de toda la actividad eléctrica fuese coherente. Los superconductores muestran características cuánticas y sin embargo en un superconductor sólo es coherente un electrón de cada 10.000.[31]

¿QUÉ SIGNIFICA TODO ESTO?

La noción de que el cerebro es capaz de un tercer tipo de pensamiento y de que, por tanto, esa tercera inteligencia está conectada inherentemente al significado, es algo radicalmente nuevo. Flota en el aire ante el rostro de la ciencia cognitiva del siglo XX que ve a la mente esencialmente como una máquina computadora. No hay explicaciones anteriores sobre la información científica que corroboren la propuesta de este libro de que existe una inteligencia espiritual; ciertamente, no hay escritos técnicos que combinen y sinteticen toda la investigación pertinente llevada a cabo. ¿Cuáles son entonces y en palabras simples las implicaciones de toda esta neurología y esta física cuántica? ¿Qué nos pueden contar sobre los orígenes de la IES y sobre la dimensión trascendente que añade a nuestra experiencia?

La investigación experimental aquí presentada demuestra que:

- existen oscilaciones de 40 Hz por todo el cerebro,
- estas oscilaciones parecen estar asociadas necesariamente con la posibilidad de conciencia en el cerebro,
- estas oscilaciones «fijan» los eventos perceptuales individuales y cognitivos del cerebro a un todo más grande y significativo,
- hay una dimensión cuántica en la actividad de los canales iónicos que genera las oscilaciones así como la coherencia cuántica entre las oscilaciones a un nivel de neuronas múltiples.

Por todo ello, se ha llegado a la conclusión de que las oscilaciones de 40 Hz son la base neural de la IES, una tercera inteligencia que pone nuestros actos y experiencias en un contexto más amplio de significados y valores, haciéndolos así más efectivos. Todo lo demás que se ha discutido en este capítulo se reduce a dos preguntas: ¿de dónde proviene la conciencia?, y a partir de ahí: ¿de dónde proviene el significado? Ambas están estrechamente vinculadas a otras dos: ¿A qué lugar del universo pertenecemos los seres humanos conscientes? Y ¿cuán profundas son nuestras raíces?

La primera respuesta a la procedencia de la conciencia es que se origina en el cerebro, o al menos en el cerebro de los mamíferos, puesto que todos ellos tienen oscilaciones de 40 Hz. Rechazo esta posibilidad limitada porque en verdad no explica mucho. Sólo dice que la conciencia aparece de repente en los mamíferos como una nueva propiedad del universo.

La segunda posibilidad es que la conciencia se origine con el cerebro porque las neuronas poseen protoconciencia (una preconciencia que en algunas combinaciones puede convertirse en conciencia plena). En este caso, estoy suponiendo que las oscilaciones de 40 Hz son el factor requerido para combinar bits de protoconciencia y producir la conciencia. Si este es el caso, ya que las neuronas son células individuales, nosotros, seres humanos, podríamos tener nuestras raíces en toda la vida celular individual del planeta. Nuestra inteligencia espiritual da comienzo en la vida misma y, por tanto, tiene orígenes biológicos y evolutivos aunque la misma vida acaso sólo sea un accidente en el universo y, en consecuencia, algo sin sentido ni propósito más allá de sí misma. Pienso que esto posiblemente sea cierto, aunque es improbable. Presenta el mismo problema que suponer que la conciencia empieza en el cerebro sólo a un nivel celular y primario. ¿*Por qué* debe empezar la protoconciencia con las neuronas? ¿Realmente no posee ninguna raíz en la física fundamental?

Después de considerar los principales argumentos, he optado por la sólida idea de que la protoconciencia es una propiedad fundamental del universo material, al mismo nivel que la masa, la carga, el efecto y la posición. Además, he aceptado el argumento de que todo posee un grado de protoconciencia pero que sólo ciertas estructuras como el cerebro tienen lo necesario para generar una conciencia plena. En este caso los seres humanos tenemos nuestras raíces en el origen del propio universo. Nuestra inteligencia espiritual nos emplaza en el vasto cosmos, y la vida tiene propósito y sentido dentro del amplio contexto de los procesos de evolución cósmica.

Entonces, ¿cuándo cobra importancia la física cuántica en este panorama? ¿Habría más implicaciones si la IES fuese una facultad asociada con fenómenos cuánticos en el cerebro?

La física cuántica se hace necesaria cuando preguntamos por qué el cerebro tiene la especial capacidad de transformar bits de protoconciencia en una conciencia plena. La conciencia es un fenómeno especialmente unificador. Todas las neuronas individuales implicadas en una experiencia consciente oscilan de forma coherente en 40 Hz. En otras palabras, se comportan como muchas voces individuales unidas en un coro. Ningún fenómeno clásico puede generar este tipo de coherencia, pero es la norma en el proceso cuántico. Si el paso cuántico *(tunnelling)* que postula la actividad iónica puede volverse coherente gracias a la proximidad de los fuertes campos eléctricos del cerebro, entonces existe un mecanismo para la coherente fijación de los bits de protoconciencias de una sola neurona individual en una plena conciencia de multineuronas y a lo largo y ancho del cerebro.

Tanto si la protoconciencia empieza con neuronas o con partículas elementales; es decir, tanto si la mente tiene o no una dimensión cuántica, la IES da a la mente una cualidad trascendental que nos arraiga al menos en el resto de la vida de este planeta. El «centro» del ser se origina en algo tan profundo como el subconsciente colectivo de Jung. No estamos solos. Nuestra inteligencia no nos aísla dentro del estrecho espacio de la experiencia del ego, ni siquiera dentro de la experiencia de la humanidad. Existe un contexto más amplio de significados y valores donde podemos emplazar la experiencia humana. Pero la perspectiva resultaría más potente y prometedora si la IES tuviese en efecto una dimensión cuántica.

Al inicio del primer capítulo hablé del vacío cuántico —el estado de fondo de la energía del universo, la fuente de todo lo que existe—. Señalé que el vacío es la última realidad trascendente que la física puede describir, el *océano* silencioso y en calma en que la existencia aparece en forma de *olas* (oscilaciones de energía). Lo primero que emerge del vacío es un campo de energía conocido como campo Higgs.[32] Se llena de oscilaciones muy rápidas y coherentes de energía que son el origen de todos los demás campos y las partículas fundamentales del universo. En sí mismo es un inmenso condensado Bose-Einstein. Si la protoconciencia *es* una propiedad fundamental del universo, entonces hay protoconciencia en el campo Higgs, y el vacío cuántico se convierte en lo que los místicos han llamado el «Dios

inmanente», el Dios dentro del todo. En este caso, las vibraciones neurales de 40 Hz que crean la conciencia humana y nuestra inteligencia espiritual tendrían sus raíces nada menos que en «Dios». «Dios» sería el verdadero centro del ser. Y el sentido tendría sus orígenes en el sentido último de toda la existencia.

5

EL *PUNTO DIVINO* EN EL CEREBRO

En una callejuela de un barrio pobre de Porto Alegre (Brasil) se reúnen unas sesenta o setenta personas en una vieja casa de madera con tejado de cinc. Son de diversas edades y razas, niños y ancianos, negros, blancos y morenos, la mayoría pobres. Muchos hombres llevan capas o mantos de vivos colores con collares de cuentas; las mujeres visten como para una boda con largos vestidos de fiesta de tafetán. Cuando trasponen la puerta, se arrodillan delante de un altar que sostiene una complicada variedad de tótems indígenas y africanos, figuras del Niño Jesús, la Virgen María en diversos colores, retratos y figurillas de santos y alimentos de todo tipo. El altar está iluminado con velas y parpadeantes luces de Navidad. Unas pocas mujeres se ponen a temblar y deben ser ayudadas.

La gente se ha reunido para una ceremonia *um banga,* similar a un ritual «blanco» de vudú. Han venido para entrar en contacto con los espíritus y ser poseídos por ellos. Un percusionista empieza a tocar un ritmo incesante e hipnótico. La gente forma un círculo en movimiento y mecen las cabezas y los cuerpos al ritmo del tambor. Cantan y bailan toda la noche y uno tras otro son poseídos por un espíritu. Esto se manifiesta en violentos temblores, una pérdida aparente de conciencia, extraños sonidos guturales y a veces caídas al suelo como en un ataque epiléptico.

En un suburbio de Mineápolis, unos setenta jóvenes americanos, la mayoría de clase media, se reúnen en lo que parece un club de rock. Se trata de una ceremonia cristiana carismática. Resuena la música a todo volumen y las luces estroboscópicas llenan la sala con su fantasmales guiños. De los enormes altavoces salen gritos de «¡Jesús vive!» y «¡Jesús salva!». Varias personas se mueven frenéticamente,

los rostros mirando el techo en éxtasis y diciendo incoherencias. Un hombre vocifera «¡Estoy poseído por los malos espíritus!» y cae al suelo retorciéndose como una serpiente. Otros lo rodean gritándole «¡Levántate!» y «¡No os queremos aquí!». Están intentando exorcisarle los espíritus.

En un monasterio del remoto Nepal se reúnen monjes tibetanos para celebrar el festival anual de Mani Rimdu. Han ido a invocar el espíritu de Tanchi Panchan, el Señor de la Danza. Los monjes queman efigies de los malos espíritus que bloquean su camino y construyen un mandala, un círculo mágico en el que puede morar el Dios de la Danza. Ellos mismos entrarán en el mandala y se fundirán con el dios. «Señor —cantan—, afecta mi cuerpo, mi habla y mi mente. Permíteme habitar con toda mi alma en el mágico mandala. Mi corazón, el corazón de este cuerpo, se ha convertido en el Señor de la Danza.»

En todas las culturas desde el comienzo de los tiempos los seres humanos se han comunicado directamente con su dios o sus dioses y con espíritus buenos y malos. A inicios de los años 1990, el neuropsicólogo canadiense Michael Persinger tuvo una primera experiencia directa con Dios. El doctor Persinger no es un hombre religioso y por entonces trabajaba en el laboratorio de la Universidad Laurentian. Pero hubo fuerzas extraordinarias en juego. Persinger se ajustó a la cabeza un estimulador magnético transcraneal, un aparato que emite un potente campo magnético que fluctúa rápidamente en pequeñas áreas determinadas del cerebro. Si se lo usa para estimular varias zonas de la corteza motora del cerebro, ciertos músculos se contraen o los miembros se mueven involuntariamente. Si se estimulan áreas de la corteza visual, hasta gente ciega de nacimiento puede experimentar lo que es «ver». En el caso de Persinger, el mecanismo estimuló el tejido de sus lóbulos temporales, esa parte del cerebro situada justo debajo de las sienes. Y entonces vio a «Dios».[1]

EL «MÓDULO DE DIOS»

Hace años que se sabe que la gente propensa a ataques epilépticos en los lóbulos temporales tiene mayor tendencia que lo normal a vivir intensas experiencias espirituales. El profesor V. S. Ramachandran, director del Centro para el Cerebro y la Cognición de la Universidad de California en San Diego, ha trabajado toda su vida profesional con pacientes epilépticos. Después de un ataque, es frecuente que

el paciente diga, por ejemplo, que hay «una luz divina que lo ilumina todo», o «una verdad última absolutamente fuera del alcance de las mentes corrientes, demasiado inmersas en las pequeñeces cotidianas como para percatarse de la belleza y la grandeza del todo», o «de repente todo era más claro que el agua; no había más dudas». El paciente que hizo esta última mención también dijo haber experimentado «un éxtasis que hizo palidecer todo lo demás. En el éxtasis había una claridad, una posesión de lo divino; ninguna categoría, nada de límites, sólo Uno con el Creador».[2]

Se sabe que la epilepsia origina fuertes y frecuentes oleadas de actividad eléctrica en ciertas zonas del cerebro. De este modo, se han relacionado esas intensas experiencias espirituales con el aumento de actividad en el lóbulo temporal. Lo que la investigación de Persinger ha añadido es una especie de condición de control. Tras haber descubierto que podía estimular artificialmente los lóbulos temporales con actividad de campo magnético, ha podido identificar e investigar dentro del control del laboratorio diferentes clases de experiencias místicas: de más allá del propio cuerpo, del pasado, de ovnis, etc. En la gran mayoría de los casos, la estimulación de los lóbulos temporales produjo una o más experiencias de este tipo.[3, 4]

Una colega de Persinger, Peggy Ann Wright, del Lesley College en Cambridge (Massachusetts), ha estudiado una relación similar entre una intensa actividad en el lóbulo temporal y las llamadas experiencias chamánicas.[5] Se trata de viajes espirituales a fin de comunicarse con los espíritus de vivos y muertos y recibir consejos curativos. El trabajo de Wright también ha probado que el ritmo de tambores como los usados en una amplia diversidad de rituales espirituales excita el lóbulo temporal y las zonas asociadas del sistema límbico.

Así pues, el trabajo de Persinger se ha centrado en experiencias espirituales «creadas» artificialmente mediante la estimulación de los lóbulos temporales. En 1997, V. S. Ramachandran y sus colegas dieron un paso más adelante en la relación entre la actividad del lóbulo temporal y las experiencias espirituales. Esta vez, el experimento se realizó con gente «normal» y en condiciones normales. Se fijaron electrodos EEG a las sienes de los sujetos normales así como de pacientes epilépticos. Los investigadores descubrieron que cuando la gente normal es expuesta a palabras evocadoras de religión o espiritualidad, la actividad en el lóbulo temporal aumenta casi como la de un epiléptico durante una crisis.[6] Su conclusión fue: «Puede haber una maquinaria neural en los lóbulos temporales (de gente bastante

normal) relacionada con la religión. El fenómeno de la creencia religiosa puede estar "cableado" en el cerebro.»

Los lóbulos temporales están íntimamente ligados al sistema límbico, el centro emocional y mnemotécnico del cerebro. Allí hay dos partes de suma importancia; una es la amígdala cerebral, una pequeña estructura con forma de almendra en medio del área límbica; la otra es el hipocampo, esencial para el registro de experiencias en la memoria. El trabajo de Persinger[7] ha demostrado que cuando son estimulados estos centros emocionales aumenta la actividad en el lóbulo temporal. Y viceversa: un aumento de actividad en el lóbulo temporal tiene intensos efectos emocionales. La participación del hipocampo, tan básico para la memoria, significa que aunque las experiencias espirituales en el lóbulo temporal sólo duran unos segundos, pueden tener una fuerte y duradera influencia emocional en toda la vida de la persona; un fenómeno a veces denominado «transformador de vida». La participación del sistema límbico también demuestra la importancia de un factor emocional en la *experiencia* religiosa o espiritual en contraposición con la mera *creencia* que puede ser bastante intelectual.

Neurobiólogos como Persinger y Ramachandran han apodado «el *punto divino* (o de Dios)» a esta zona de los lóbulos temporales relacionada con la experiencia religiosa o espiritual. La mayoría sugiere que se ha desarrollado en el cerebro siguiendo algún propósito evolutivo, pero también se apresuran a decir que eso no prueba ni deja de probar que Dios exista o que los seres humanos se comuniquen de verdad con Él. Entonces, ¿qué es lo que prueba?

¿Es este *punto divino* una triquiñuela neurológica que nos ha jugado la naturaleza porque la fe en Dios es útil a la naturaleza o la sociedad? ¿Se han desarrollado rituales y símbolos, se ha escrito poesía, dedicado muchas vidas, librado guerras y construido catedrales durante miles de años sólo a causa de cierta actividad eléctrica en algunas zonas del cerebro? ¿Es la fuerza de la conversión de san Pablo en el camino de Damasco nada más que el efecto de un ataque epiléptico? ¿O este *punto divino* es un componente decisivo de nuestra inteligencia espiritual y la actividad en el lóbulo temporal no es más que la forma que tiene la naturaleza de permitir que el cerebro tenga un papel en el conocimiento más profundo de nosotros mismos y del universo?

Cuando el psicólogo William James, hermano del célebre novelista Henry, escribió su obra clásica *Las variedades de la experiencia religiosa* a principios del siglo XX, no sabía nada de la futura investigación sobre el *punto divino*. Pero conocía los ataques epilépticos y la tendencia de ciertas formas de locura a producir experiencias muy similares a las espirituales. Opinaba que algunos «médicos materialistas», como los llamaba, podrían utilizar esto para descartar el significado elevado de esas experiencias. James pensaba que los materialistas eran unos «ingenuos» incapaces de distinguir entre dos cuestiones muy importantes y diferentes: por un lado, la naturaleza y el origen de la experiencia espiritual y, por el otro, el sentido o importancia que tiene. Creía que el cerebro tenía un papel importante en las experiencias psicológicas, pero no afirmaba que todas esas experiencias fuesen sólo «neurología».[8] Los científicos pueden, por ejemplo, producir «experiencias visuales» simuladas estimulando la corteza óptica, pero eso no prueba en absoluto que la visión sea una mera alucinación.

A la luz de la reciente neurología parece claro que el *punto divino* tiene un esencial papel biológico en la experiencia espiritual. El trabajo de Persinger y Ramachandran y de los demás neurólogos y psicólogos que han estudiado la actividad del *punto divino* en relación con la locura y la creatividad, confirma la correlación del lóbulo temporal o zona límbica de estimulación con experiencias «anormales» o «extraordinarias» de toda clase. Pero para juzgar en detalle el papel del *punto divino* y las experiencias que genera o concilia, debemos analizar con mayor detenimiento esas experiencias, la locura o enfermedad con que se las asocia con frecuencia, y su papel positivo en la resolución de problemas, la imaginación moral y la creatividad.

LAS VARIEDADES DE LA EXPERIENCIA ESPIRITUAL

En su clásico *El misticismo*, F. C. Happold nos cuenta cómo Cristo se le acercó una tarde cuando estaba sentado a solas en su cuarto universitario de Peterhouse, en Cambridge. Happold no es epiléptico ni nunca ha sufrido un trastorno mental, de modo que su experiencia fue la de un hombre «normal».

> Sólo era la habitación con sus viejos muebles, el fuego ardiendo en la chimenea y la lámpara de pantalla roja sobre la mesa. Pero estaba llena de una presencia que de algún extraño modo estaba a mi alrededor y en mi interior, como la luz o el calor. Me sentí abrumadora-

mente poseído por alguien que no era yo, pero sin embargo también me sentí yo mismo como nunca antes. Me sentí embargado por una intensa felicidad y alegría como nunca había conocido ni he vuelto a conocer desde entonces. A mi alrededor había una profunda sensación de paz, seguridad y certeza. Comprendí que no somos átomos solitarios en un universo frío, hostil e indiferente, sino que cada uno de nosotros está ligado a un todo del que tal vez no seamos conscientes y que jamás conoceremos, pero al que podemos entregarnos confiadamente y sin reservas.[9]

En *Las variedades de la experiencia religiosa*, William James comenta una experiencia más agitada de un colega psicólogo, aunque tuvo parecidas consecuencias pacíficas. Su amigo había pasado la velada cenando, leyendo poesía y discutiendo filosofía con otros amigos. Su salud mental era completamente normal.

Nos despedimos a medianoche. Yo tenía por delante un largo trayecto hasta casa. Mi mente, influenciada por las ideas, imágenes y emociones de la lectura y la charla, estaba en calma. Me sentía en un estado de placidez, incluso de gozo pasivo; en realidad no pensaba, sólo dejaba fluir las ideas, imágenes y emociones. De súbito, me encontré envuelto en una nube como una llama. Por un instante pensé en un incendio desatado en algún sitio cercano, pero al siguiente instante supe que el fuego estaba en mí. Inmediatamente experimenté una sensación de exaltación, de alegría inmensa acompañada por una iluminación intelectual bastante difícil de describir. Entre otras cosas, no sólo llegué a creer sino a *ver* que el universo no estaba compuesto de materia muerta, sino que por el contrario es una presencia viva; y me hice Uno con la vida eterna.[10]

Las experiencias relatadas por Happold y James son religiosas e implican la sensación o presencia de alguien, pero las experiencias espirituales personales a menudo se separan de la religión y se basan en el amor o en una visión o compromiso profundos. Para el poeta checo Rainer Maria Rilke (1872-1926), autor de *Sonetos a Orfeo* y *Elegías de Duino,* ese tipo de experiencia de paz y sentido profundos fue fruto de la lectura de un poeta desconocido. Como ahora veremos, Rilke siempre temió perder la razón.

Estaba concentrado y lleno de una absoluta serenidad mental. Fuera se extendía el parque; todo estaba a tono conmigo; era una de esas horas en que las cosas parecen haberse unido y abandonado el

espacio, un espacio tan tranquilo como una rosa, un espacio angelical en que uno se mantiene en paz... El momento es ahora presente en mí con una fortaleza y supervivencia peculiares, como hecho de un grado superior del Ser. Puedo recordar dos o tres momentos así en los últimos años... y es como si fueran suficientes para llenar mi vida interior con un esplendor claro y sereno; poseen luces en su interior, luces de sosiego, y cuando más los contemplo en el recuerdo más los siento, según las concepciones y experiencias vacías de hoy, como pertenecientes a una unidad de acontecimientos más grande y superior.[11]

Rilke revivió estas experiencias en sus últimos años cuando escribía sobre el Todo que subyace debajo de la existencia cotidiana y cuando desarrollaba su visión de que la muerte no es más que otro estado del ser.

Experiencias como estas, ya de contenido religioso o más o menos difusas, son muy comunes. En las culturas occidentales, se sabe que un 30-40 por ciento de la población dice haber experimentado al menos en una ocasión sensaciones de gran euforia y bienestar acompañadas de visiones profundas que abren una nueva perspectiva de la vida, la sensación de que todo en derredor está vivo y atento, la sensación de una presencia de guía y alivio, o la sensación de ser uno con el todo de la existencia. Cuando se usan técnicas de medición como en la entrevista personal, el porcentaje se dispara a un 60-70 por ciento.[12]

En 1990, el Centro de Investigación Alastair Hardy, de la Universidad de Oxford, organizó un estudio riguroso de la experiencia espiritual.[13] El equipo de investigadores analizó a cinco mil sujetos que respondieron una pregunta que había salido en los periódicos: «¿Alguna vez ha sido consciente de una presencia o poder, lo llame usted Dios o no, diferente de su yo cotidiano?» En otro cuestionario pedían a la gente que describiese sus propias experiencias. Las respuestas incluyeron descripciones como la siguiente:

Sensación de ligera euforia no asociada con ningún hecho en especial. Sensación de que los problemas son minúsculos y de que carecen de toda importancia; diferente sentido de la perspectiva. Siento que tengo mayor comprensión, más capacidad para afrontar la vida. Me revitaliza, rejuvenece y pone las cosas en perspectiva.

Una sensación de ser muy ínfimo y que todo lo que experimento y pienso es muy poca cosa. Una sensación de estar justo en el círculo

de alguna armonía profunda y no saber cómo seguir adelante. Una sensación de paz y calma. Una emoción extrema.

He visto en varias ocasiones, y acabo de ser consciente de ello, a mi abuelo que murió en 1977. Me proporciona una especial sensación de tranquilidad, seguridad y confianza, en especial porque sólo se aparece cuando me siento mal, ansioso o preocupado.

Algunas de las respuestas describen experiencias más religiosas, como la de Happold:

He vivido la sensación de la presencia de Dios en muchas ocasiones. Cuando me pasó por primera vez (durante un servicio religioso a la edad de quince años) me sentí físicamente ebrio (¡no lo estaba!) y apenas podía caminar. En otras ocasiones, sólo he tenido una sensación sobrecogedora de paz y amor y a menudo me he olvidado del tiempo.[14]

En esta encuesta, casi el 70 por ciento de los encuestados respondió afirmativamente. De las descripciones detalladas de estas experiencias, el equipo de investigadores pudo discernir dos tipos básicos de experiencia espiritual: la «mística» y la «milagrosa».

La gente que vivió experiencias milagrosas tuvo la sensación de una presencia sobrenatural y mentora, como Jesús o la Virgen María, que los llamaba y les aconsejaba seguir un rumbo determinado. La mayoría de esta gente tenía antecedentes religiosos. Los de creencias agnósticas o ateas tendían a contar experiencias de percepción extrasensorial, como telepatía o precognición, o la experiencia de un estado alterado de conciencia como, por ejemplo, flotar por encima del propio cuerpo durante una operación quirúrgica o después de un accidente; es decir, experiencias exteriores al cuerpo.

Las experiencias místicas descritas se parecían más a la de Rilke. Los encuestados informaban sobre experiencias de sentido profundo, visión abisal, sensaciones de gran bienestar, de euforia, o una tremenda percepción de unidad en todas las cosas. Aunque esta clase de experiencia rara vez tiene un contenido religioso concreto, muchos estudios la vinculan con un aumento de actividad en el lóbulo temporal o *punto divino*, pero estas experiencias milagrosas son las que tienen mayor correlación con la locura.[15]

LA LOCURA Y EL *PUNTO DIVINO*

Tanto los esquizofrénicos como los maniacodepresivos ven visiones, sienten presencias y reciben instrucciones sobre actos que se espera que lleven a cabo. Este tipo de enfermedades tiene como característica un aumento de la actividad en el lóbulo temporal o *punto divino*.

Algunos escépticos sugieren que todas las experiencias de esta naturaleza son una señal de perturbaciones mentales reales o incipientes, pero los psicólogos especializados en los vínculos entre experiencias espirituales y enfermedades mentales no están de acuerdo. Ramachandran, por ejemplo, ha demostrado que gente mentalmente sana tiene un aumento de actividad en el lóbulo temporal cuando se la expone a palabras o temas espirituales.

No obstante, otros investigadores afirman que hay diferencias importantes entre las experiencias de la gente normal y las de los enfermos mentales. Jackson escribió su tesis doctoral en la Universidad de Oxford sobre este tema.[16] Si bien llegó a la conclusión de que hay similitudes entre las experiencias de los psicóticos y las de los sanos, observa que «en general las descripciones del grupo clínico [los psicóticos] son más perturbadas, negativas y extrañas en el modo de ser expresadas o en su contenido».[17] Da un ejemplo dramático de una experiencia típicamente esquizofrénica. El paciente manifestó:

Una noche desperté y las cortinas estaban un poco abiertas. Podía ver la luz de la luna y sentí una presencia sobrenatural. Cerré rápidamente las cortinas, pero la presencia aún estaba allí. Era como un ser palpitante a mi alrededor. Me presionó y rápidamente saqué un lienzo y pinté la experiencia. Al día siguiente me vi obligado a proteger mi dormitorio de esos rayos e influencias y empapelé el interior con papel de aluminio.[18]

En muchos casos parecidos, la experiencia de los psicóticos era más perturbadora que tranquilizadora o inspiradora. Jackson afirma que los psicóticos tienden a sentirse más abrumados por esas experiencias que la gente normal «y pierden efectivamente contacto con la realidad por mayores períodos de tiempo, durante los cuales viven sus visiones con comportamientos estrafalarios».[19] A diferencia de la gente sana, a los psicóticos les resulta difícil integrar sus experiencias espirituales en la vida cotidiana y, por tanto, no pueden hacer un uso duradero y positivo de las mismas.

También hay una distinción entre las experiencias más recurrentes de los psicóticos y las de la gente normal. Los psicóticos eran mucho más propensos a vivir experiencias milagrosas mientras que las místicas se daban casi por igual en ambos grupos. Si se les preguntaba sobre si este tipo de experiencias milagrosas les provocaba una sensación

- ❑ de estar controlado por algo fuera de usted mismo
- ❑ de haber entrado en otro nivel de realidad
- ❑ de estar en presencia de alguien sobrenatural
- ❑ de haber perdido la noción del tiempo

casi el doble de psicóticos que de sanos contestaban de forma afirmativa.

En contraste, cuando se les preguntaba sobre sensaciones de una naturaleza más mística como

- ❑ estar sorprendido por la intensidad de las propias emociones
- ❑ tener la impresión de que todo alrededor estaba vivo y consciente
- ❑ sentir algún tipo de armonía con su entorno
- ❑ un sentimiento de amor o de ser amado
- ❑ estar en un estado mental inusitadamente sereno o pacífico

ambos grupos respondían afirmativamente con la misma frecuencia. Entre el 56 y el 70 por ciento de ambos grupos habían tenido experiencias semejantes. Un estudio de 115 estudiantes en Australia tampoco encontró correlación entre experiencia mística e introversión, neurosis y psicosis.[20]

Aún así, Jackson y muchos otros hallaron suficiente similitud y correlación entre experiencias de locura y experiencias espirituales normales como para seguir profundizando. En fecha tan temprana como 1902, William James señaló que las «personas dedicadas a la vida espiritual» tenían mayor acceso a los contenidos de su inconsciente que las demás: «La puerta a esta región parece extrañamente abierta.»[21] Otro estudioso del misticismo observó a inicios del siglo XX que los místicos tienen «umbrales de extraordinaria movilidad. Es decir, un esfuerzo muy pequeño, una muy ligera desviación de las condiciones normales, permite que sus poderes latentes o subliminales emerjan y ocupen su campo mental. Un "umbral móvil" puede convertir a un hombre en un genio, un lunático o un santo. Todo depende del carácter de los poderes puestos en funcionamiento.»[22]

Las investigaciones psicológicas de los años setenta revelaron mucho más sobre los «umbrales móviles» y explicaron por qué mucha gente no psicótica comparte experiencias comunes a esquizofrénicos y maniacodepresivos. Estas investigaciones se refieren a la personalidad «esquizoide»; gente que tiene ciertos tipos de desviación de la personalidad normal o síntomas de incipiente enfermedad mental. El reconocimiento de la esquizofrenia ha proporcionado una nueva sutileza en la comprensión de la mente humana y sus desviaciones.

Desde fines del siglo XIX, cuando se estableció la psiquiatría, la mayoría de los especialistas han aceptado la opinión de que el trastorno mental es radicalmente distinto de la salud mental y que los dementes son personas con las que el resto de nosotros tiene muy poco en común. En contraste, la reciente investigación de la esquizofrenia ha probado que hay una escala de salud mental que va de lo normal hasta la locura clínica pasando por lo esquizoide. Según el profesor Gordon Claridge, de la Universidad de Oxford, el 60-70 por ciento de la población adulta de los países occidentales muestra ciertas características esquizofrénicas.[23]

Pero a sólo el 1 por ciento se le diagnostica esquizofrenia y a un porcentaje igualmente reducido se le cataloga como maniacodepresivos. La mayoría del resto de nosotros tenemos pocas rarezas.

Debido a que importantes investigaciones científicas han establecido una correlación definitiva entre la personalidad esquizoide y la propensión a ciertos tipos de experiencia religiosa, y debido a que, como veremos más adelante, el hecho de ser un poco esquizoide confiere una ventaja a la humanidad, resulta importante reconocer los síntomas que definen este estado mental. El grado de cada uno depende de dónde se sitúe el individuo en la escala entre normal y psicótico.

Según la mayoría de los estudios, una persona esquizoide muestra las siguientes nueve peculiaridades en diferente grado:

- ❑ *Idealización mágica.* Significa una tendencia a creer que los propios pensamientos tienen un poder físico o que pueden convertirse en realidad (si le deseo mala suerte a alguien y eso sucede, es a causa de mi pensamiento); asimismo, una tendencia a ver un significado en la correlación entre hechos en principio no relacionados (como gatos negros y mala suerte), o en cosas como cristales, huesos o cualquier otra que pueda servir de talismán. Que esta idealización

mágica sea considerada esquizofrénica o normal depende de la cultura; en muchas sociedades esas asociaciones son consideradas de uso corriente.

- *Fácil distracción.* El muy esquizoide poeta Rilke describió su tendencia a distraerse en estos términos: «Si se oye un ruido, me entrego y yo soy ese ruido.»[24] Un paciente más gravemente esquizofrénico comentó: «Presto atención a todo al mismo tiempo para no prestar atención a nada.»[25]
- *Tendencia a fantasear o soñar despierto.* Y a veces a no distinguir la frontera entre realidad y fantasía.
- *Pensamientos imprecisos.* Los pensamientos del individuo no tienen las usuales restricciones o límites racionales, de modo que hace asociaciones entre cosas que los demás no harían.
- *Inconformismo impulsivo.* En otras palabras, actuar por impulsos; a veces, habla incoherente, comportamiento extraño o vestimenta extravagante.
- *Experiencias inusuales.* Por ejemplo, las de tipo visual o auditivo asociadas con experiencias espirituales como las descritas en este capítulo.
- *Introversión.* Preferir la propia compañía y preferir actividades solitarias.
- *Insatisfacción social.* Se trata de cierta incapacidad para disfrutar de la vida social. Por lo general, va acompañada de una tendencia a evitarla. La insatisfacción social física representa una disminución del placer en las experiencias sensoriales.
- *Ambivalencia.* No ser capaz de decidir, ya que no ve el valor o la posibilidad de dos o más alternativas.

La mayoría de estas características son moneda corriente en la vida mental de los niños, pero en los adultos se asocian con excentricidades y pueden representar un indicio de locura incipiente. Su relación con enfermedades como la epilepsia y la dislexia está bien probada.[26] Sin embargo, también se asocian con altos niveles de actividad en el lóbulo temporal o *punto divino*. ¿Por qué la actividad cerebral que puede causar sufrimientos y disfunciones es una parte normal de nuestra herencia neurobiológica? Esa cuestión debe ser dilucidada antes de que podamos evaluar si la actividad del lóbulo temporal normalmente asociada con la *experiencia* espiritual tiene un papel principal en la *inteligencia* espiritual.

¿POR QUÉ TENEMOS UN *PUNTO DIVINO*?

En 1994, Felix Post publicó en el *British Journal of Psychiatry* un listado de 291 personalidades que habían alcanzado la fama mundial en los últimos 150 años. Incluía a estadistas, intelectuales, científicos, artistas, escritores y compositores, todos bien conocidos: Einstein, Darwin; Lenin, Roosevelt, Hitler, Ben-Gurion, Woodrow Wilson; Ravel, Dvorak, Gershwin, Wagner; Klee, Monet, Matisse, Van Gogh; Freud, Jung, Emerson, Buber, Heidegger; Chejov, Dickens, Faulkner, Dostoievski, Tolstoi... El meollo del análisis era ver qué correlación había entre grandeza creativa e inestabilidad mental.[27] Las conclusiones de Post fueron sorprendentes.

Usando fuentes fidedignas que incluían información clínica y testimonios de primera o segunda mano, Post logró la siguiente estadística de inestables mentales:

Científicos	42,2%
Compositores	61,6%
Estadistas	63%
Intelectuales	74%
Artistas	75%
Escritores	90%

El grado de inestabilidad variaba de episodios aislados y ocasionales a problemas graves capaces de perjudicar el trabajo y causar incidentes que requerían tratamiento en un hospital. Los problemas incluían alcoholismo, depresión, manía depresiva, problemas psicosexuales, conducta obsesiva compulsiva, comportamiento histriónico o antisocial y síntomas de esquizofrenia.

La psiquiatra americana Kay Redfield Jamison, ella misma una maniacadepresiva de toda la vida, ha dirigido un estudio similar de asociación entre manía depresiva y personalidades artísticas.[28] Su larga lista de afectados en un grado u otro incluye a William Blake, Lord Byron, Dylan Thomas, Sylvia Plath, Ernest Hemingway, Joseph Conrad, F. Scott Fitzgerald, Virginia Wolf y Hermann Hesse. Muchos pasaron largas temporadas en clínicas mentales u hospitales psiquiátricos, y un gran número, en especial los poetas, se suicidaron.[29] Jamison inicia su libro con un saludo del poeta Stephen Spender (quien no figura en la lista) a sus tempestuosos colegas:

Pienso continuamente en aquellos que fueron realmente grandes.
Quienes, desde el seno materno, recordaron la historia del alma
por los pasillos de la luz donde las horas son soles
infinitos y cantarines. Cuya amorosa ambición
fue que sus labios, aún acariciados por el fuego,
hablaran del Espíritu vestido de pies a cabeza con canciones.
Y quienes guardaban de las ramas de la primavera
los deseos que caían por sus cuerpos como flores.

Cerca de la nieve, cerca del sol, en la tierra más alta,
mirad cómo sus nombres son agasajados por las hierbas
agitadas
y por corrientes de blancas nubes
y por los susurros del viento en el oyente cielo.
Los nombres de aquellos que en sus vidas lucharon por la vida
y que portaban el centro del fuego en sus corazones.
Nacidos del sol, viajaron hacia el sol
y dejaron en el aire la firma de su honor.

Esa «fina locura», como aclara el poema de Spender, ha producido tanto sufrimiento como creatividad. Sin embargo, muchas de estas personas creativas no se han arrepentido del precio a pagar y algunos se han mostrado hasta complacidos con sus temperamentos extravagantes. Jung, a inicios de su carrera y tras haberse distanciado de Freud, sufrió una especie de crisis esquizofrénica que le dio problemas durante siete años; sin embargo décadas después escribió: «Hoy puedo decir que nunca he perdido contacto con mis experiencias originales. Todas mis obras, toda mi capacidad creativa, han sido generadas por las fantasías y sueños que empezaron en 1912, hace casi cincuenta años. Todo lo que logré más tarde en la vida ya estaba contenido en ellos.»[30]

En la misma línea, Rilke escribió de sus episodios que rayaban la esquizofrenia: «Puede ser menester que cada significado se disuelva como las nubes y caiga como la lluvia; es decir, es necesario soportar algo parecido a la desintegración mental o a la muerte para ser capaz de ver todo de manera diferente.»[31]

Gran parte de la obra de R. D. Laing en los años sesenta estuvo dedicada a destacar los efectos secundarios de los ataques esquizofrénicos de sus pacientes. Pero, como aclara el trabajo de Post, existe poca correlación entre creatividad o grandes logros y locura avanzada

y a largo plazo. Muchos de los que estaban al borde de la locura o eran meros esquizoides, interrumpieron toda producción creativa o útil en cuanto su locura fue total. La locura puede ser estéril, constrictiva e inmovilizadora. Vivirla es una pesadilla y a la mayoría de la gente se la puede considerar demente en algún grado. Y la mayoría de los locos no son creativos.

El psicólogo británico J. H. Brod estudió qué características psicóticas concretas, en oposición a las psicóticas genéricas, podrían resultar útiles para la creatividad.[32] La mayoría de sus hallazgos, con relación a la lista de características de las páginas 103 y 104, se basan en el sentido común. Por ejemplo, la esquizofrénica falta de precisión de pensamiento se correlaciona con un alto grado de fluidez, flexibilidad mental y originalidad para hacer enlaces asociativos entre ideas o hechos. Esta capacidad de «globalización» brinda a la persona esquizoide una gama más amplia e inusual de pensamientos. Del mismo modo, una tendencia a las ideas mágicas, la fantasía y el soñar despierto se correlaciona mucho con la capacidad de imaginar cosas inexistentes, crear personajes de ficción, tener imágenes visuales que llevan a nuevos conceptos o a ver las cosas desde una perspectiva no convencional. El ser propenso a experiencias inusitadas puede exponer al individuo a colores y emociones más intensos, o a aspectos de la realidad que no son normales en la vida cotidiana. Tanto san Pablo como santa Teresa hicieron pleno uso de sus visiones. Una tendencia a la distracción fácil puede dar resultados negativos, pero también puede conducir a prestar atención a una gama más variada de cosas. Y la ambivalencia, aunque perjudicó grandemente a Hamlet, está correlacionada con una gran capacidad de ver de repente los beneficios de muchas opciones o posibilidades.

CARACTERÍSTICAS ESQUIZOFRÉNICAS Y LA CAPACIDAD DE RESOLVER PROBLEMAS

Ya hemos visto que uno de los criterios para medir la inteligencia es que nos ayuda a resolver problemas. Esta capacidad también forma parte de la creatividad, en especial la política o científica, de modo que no puede sorprender que algunos investigadores relacionen la posesión de rasgos esquizoides de la personalidad con una especial

capacidad para resolver problemas. Jackson señala que esas experiencias pueden tener un papel particularmente creativo cuando se lidia con problemas existenciales, como el dolor por la pérdida de un ser querido o una grave enfermedad. Entonces, lo que se necesita es menos un cambio de la realidad (por lo demás, imposible) que un cambio de perspectiva o actitud:

> Una experiencia espiritual común en el contexto de muerte de un ser querido es un período de ser consciente de la presencia del muerto mediante una percepción sensorial o, menos tangiblemente, mediante la sensación de que sigue presente. Con experiencias semejantes, la gente se alivia en un sentido más emocionalmente directo de lo que conseguiría mediante el proceso relativamente «frío» de procesamiento cognitivo.[33]

Jackson cita el caso de Sean, un joven cabeza de familia a quien su médico le dijo que probablemente padecería esclerosis múltiple. Este posible diagnóstico provocó desesperación en el sujeto y un grave desajuste en su vida y sus relaciones. Era de una familia normal de clase media y nada religiosa, y él mismo se declaraba ateo. No obstante, un día, semanas después del comienzo de su crisis, caminaba por el campo cuando oyó una voz que le llamaba. «Sean —le dijo la voz—, nada de esto importa. Siempre tendrás lo que necesites.» La voz le «instruyó» sobre la naturaleza efímera de la existencia y cómo lograr una actitud de aceptación de la realidad en vez de luchar contra ella. Cuando Sean llegó a la carretera minutos después sintió que sus propios pensamientos «empezaban a volver y desapareció toda aflicción». En los siguientes seis meses, la voz volvió a hablarle en varias ocasiones, transformando su perspectiva y permitiéndole afrontar sus problemas de forma eficaz y serena.[34]

Tales cambios de perspectiva no se limitan a la solución de problemas existenciales. Consideremos la historia del químico Kekulé: soñó que una serpiente se mordía la cola, lo que le llevó al descubrimiento de los enlaces del benceno. Y es bien conocido que Einstein afirmó que no podemos resolver problemas dentro del marco mental que los ha creado; su teoría de la relatividad constituyó uno de los grandes cambios de perspectiva del siglo XX. Algunos comentaristas piensan que las asociaciones esquizofrénicas para la resolución de problemas podrían conferir una ventaja evolutiva a la especie humana al hacernos más flexibles, adaptivos y creativos. Si esto es así, la baja incidencia de las enfermedades esquizofrénicas o maniacodepresivas puede ser el precio que paga la humanidad por la gran incidencia de características esquizofrénicas en la población en general.

EXPERIENCIAS DEL *PUNTO DIVINO* Y LA IES

Hasta ahora, la gran cuestión planteada en este libro ha sido si la actividad en el *punto divino* contribuye a la inteligencia espiritual. La respuesta tiene que ser afirmativa. Ciertamente el *punto divino* contribuye a nuestra *experiencia* espiritual y a otras experiencias asociadas con la creación de mitos y la apertura mental. Al igual que los sueños y la mente infantil, nos da acceso a la mente preconsciente o subconsciente y a flujos de pensamiento simbólicamente ricos. Pero el 60-70 por ciento de los seres humanos (todos presentamos rasgos esquizoides de personalidad) experimentamos un aumento notorio de actividad en el *punto divino* mientras que sólo unos pocos creamos, por ejemplo, grandes obras de arte o resolvemos problemas paradigmáticos.

Una mera vivencia espiritual no es garantía de que podamos usarla creativamente en nuestra vida. Poseer un alto nivel de inteligencia ofrece la oportunidad de usar lo espiritual para proporcionar un mayor contexto y sentido a la existencia, para lograr una experiencia de totalidad, destino y realización personal, pero la inteligencia por sí sola no garantiza nada. Una mera experiencia espiritual puede crear confusión, desorientación o algún deseo indefinible. Puede acabar en locura o una ansiedad conducente a comportamientos autodestructivos como la drogadicción, el alcoholismo o un consumismo absurdo. En otras palabras, una mera experiencia efímera de lo espiritual puede conducir a una verdadera pérdida de perspectiva. Su imprevista riqueza puede hacer que nuestras vidas cotidianas parezcan tan grises que nos retraemos en vez de desarrollarnos.

El *punto divino* es un módulo aislado de redes neurales en los lóbulos temporales. Al igual que otros módulos aislados del cerebro —el centro oral, el centro visual, etc.—, confiere una capacidad específica, pero tiene que estar integrado. Podemos «ver» a Dios, pero eso no lo trae a nuestra vida. La inteligencia espiritual, al contrario, se basa en todo el fenómeno integrador de las oscilaciones de 40 Hz en el cerebro.

De esto se concluye que el *punto divino* puede ser una condición necesaria para la IES, pero tal vez no suficiente. Se puede esperar que aquellos que tengan un alto nivel de IES también tengan una actividad intensa en el *punto divino*, pero eso no significa que garantice una gran IES. Para conseguirla, tal como veremos en los siguientes capítulos, todo el cerebro, todo el ego, toda la vida, deben estar integrados. Las capacidades y visiones que nos confiere el *punto divino* deben fundirse en el tejido general de nuestras emociones, motivaciones y potenciales, y estar en comunicación con el centro del ego y su particular manera de conocer.

TERCERA PARTE

UN NUEVO MODELO DEL SER

INTERLUDIO

UNA BREVE HISTORIA DE LA HUMANIDAD

¿De dónde venimos? ¿Cuál es nuestro origen en el tiempo? ¿Cuán grande es la historia de la que formamos parte? ¿Cuáles son nuestras raíces? ¿Cuánto hace que existimos? ¿Cuáles son los límites de la existencia humana? ¿Cuál es la fuente de la inteligencia? (o de nuestra tendencia a hacer preguntas como esta). Es imposible pensar profundamente sobre la inteligencia espiritual sin considerar estas cosas. En los siguientes capítulos propondré un modelo del ser más amplio y profundo que todos los postulados hasta ahora. Pero no es posible hacerlo sin considerar el sitio del ser dentro de la historia de la creación. Presentaré breves viñetas mitológicas y científicas que sitúan al ser humano y la inteligencia humana en un contexto más amplio.

Toda civilización ha tenido su propia versión de la historia de la creación, una historia que responde a preguntas como las que acabo de formular. Estas historias forman parte implícita de cómo nos conocemos a nosotros mismos y valoramos nuestra existencia. Muchos antropólogos han visto importantes temas comunes en las historias de pueblos diversos, como si la misma conciencia humana se hubiera contado la misma historia a través de las diferentes voces de numerosas civilizaciones. Ian Marshall ha reunido cuatro de estas voces en una narrativa que aquí se presenta como preludio al Loto del Ser.

EN EL PRINCIPIO
UNA NARRACIÓN PARA CUATRO VOCES

LAS VOCES

J.C. Judeocristiano/esotérico
F. Físico
G. Griego antiguo
O. Oriental (taoísta, hindú, budista)

1. EL CAOS

J.C.: «Al principio creó Dios los cielos y la tierra. La tierra estaba confusa y vacía y las tinieblas cubrían la haz del abismo.» Así dice el sagrado libro del Génesis.

Génesis 1: 1-2

G.: «Al principio era el caos, inmenso y oscuro...», el vacío del que salen todas las formas y al que pueden retornar. Así decíamos en la antigua Grecia.

Hesíodo, *Teogonía*

O.: Los budistas le llamamos Shunyata, el Vacío. «Decir que existe está equivocado. Decir que no existe es igualmente erróneo. Lo mejor es no decir nada en absoluto.»

Escritura Zen

F: Antes de que hubiera algo tangible estaba el vacío cuántico, un mar de todo lo potencial, pero nada real. Ni materia ni espacio ni tiempo, sino algo indescriptible. Los mundos posibles titilaban en los márgenes de la existencia, pero ninguno tenía la energía necesaria para sobrevivir. Así contamos la historia los científicos.

O: «El Tao que se puede expresar con palabras no es el eterno Tao. El nombre que se puede nombrar no es nombre eterno. Lo que carece de nombre es el principio de los cielos y la tierra.»

Tao Te Ching, 1

2. GAIA

F.: Entonces sucedió algo irreversible. Un mundo posible, una masa al azar de energía prestada aprovechó su breve instante y desarrolló una estructura. En un abrir y cerrar de ojos había escapado de sus orígenes. Antes del espacio y el tiempo, la estructura aún era circular, cerrada y sin principio ni fin. De manera rudimentaria, denominamos «superarco» a esa estructura.

G.: Hablas de Gaia en plenitud, la madre de todas las cosas. Era completa en sí misma, una uroboros, una serpiente que se mordía la propia cola, alfa y omega.

J.C.: «Dijo Dios:
—Que exista la luz.
Y la luz existió.
Vio Dios que la luz era buena; y separó Dios la luz de las tinieblas.»

Génesis 1: 3-4

O.: «Algo se formó misteriosamente. Nacido antes del paraíso y la tierra, en el silencio y el vacío, solitario e inmutable... Tal vez sea la madre de diez mil cosas.»

Tao Te Ching, 25

3. POLARIDAD

G.: Gaia era la madre de Urano, el gran arco del cielo, «a quien ella hizo su par en grandeza de modo que él la cubrió por completo».

Hesíodo, *Teogonía*

«Dijo luego Dios:
—Halla firmamento en medio de las aguas, que separe unas de otras.
Y así fue.
E hizo Dios el firmamento, separando aguas de aguas, las que estaban debajo del firmamento de las que estaban sobre el firmamento.
Y vio Dios ser bueno.
Llamó Dios al firmamento cielo, y hubo tarde y mañana, segundo día.

Dijo luego:
—Júntense en un lugar las aguas de debajo de los cielos, y aparezca lo seco.
Así se hizo; y se juntaron las aguas de debajo de los cielos en sus lugares y apareció lo seco; y a lo seco llamó Dios tierra, y a la unión de las aguas, mares.
Y vio Dios que era bueno.

Génesis 1: 6-10

F.: El universo primigenio dividió su ser en dos. Uno siguió siendo masa y energía. El otro se convirtió en espacio/tiempo y gravedad, tal como nos probó Einstein. Las dos entidades estaban equilibradas, emparejadas y ahora fuera del alcance del Caos. Ahora el universo empezó a crecer.

O.: «El Tao engendró a uno. Uno engendró dos. Dos engendraron tres. Y tres engendraron las mil cosas.»

Tao Te Ching, 42

4. MATERIA Y FUERZAS

G.: Urano y Gaia tuvieron muchos hijos e hijas. Nada escapaba a su control, pero Urano era un tirano que encarceló a sus hijos. Cronos, el benjamín, castró a su padre y gobernó en su lugar. Su hermana Rea fue su mujer, y a su vez, tuvieron hijos.

F.: El demoledor poder de la gravedad era demasiado fuerte. Nada escapaba a su fuerza. Pronto el universo colapsaría y volvería al Caos. Pero la primera manifestación del vacío cuántico, el campo Higgs, o Cronos, si así lo prefieren, poseía un poder sutil. En un instante, el mundo se hinchó inmensamente y la gravedad se debilitó. El campo Higgs, o Cronos, si así lo prefieren, fue la base de todo lo que entonces evolucionó.

G.: Evocamos en especial a Zeus y Afrodita, encargados de las fuerzas; y a Ares y Hermes, encargados de las formas.

F.: Nombramos a estas formas y fuerzas con nombres de nuestros semejantes, Bose y Fermi. Los principios eran los mismos.

J.C.: Más tarde, vimos sus símbolos en los siete planetas visibles: Júpiter y Venus, Marte y Mercurio, y el Sol, la Luna y Saturno. En nuestra tradición ocultista, los situamos en el Árbol de la Vida.

O.: Vimos las mismas energías reflejadas en el cuerpo humano, en los siete chacras.

5. LAS ESTRELLAS

G.: A medida que el mundo envejecía, los hijos de Cronos también lo derrocaron a él. Ahora gobernaba Zeus con los mil rayos.

F.: Ahora el universo estaba dominado por el trueno de la radiación cósmica. No se podía formar ninguna materia sólida. Todo era plasma ardiente, tal como sucede hoy con las estrellas.

O.: En la antigua India la llamábamos la época de Agni, el dios del fuego. Se debe recordar que la materia tiene cuatro estados: tierra sólida, agua líquida, aire gaseoso y plasma incandescente. Agni es el más antiguo de los dioses elementales.

F.: A medida que el mundo se enfriaba, al cabo de trescientos mil años, la materia dejó de estar acosada por la radiación cósmica. Otros principios se abrieron paso. Las galaxias y las estrellas se podían formar en paz. Pero un débil eco de aquellos primigenios tiempos incandescentes aún se puede oír hoy.

J.C.: Se formaron las constelaciones como dibujos de fuego ardiente contra el oscuro arco del cielo. Tal como hoy las vemos, hay un círculo de doce: Aries, Tauro y los demás en derredor de Piscis. A su vez, el dios sol visita a cada una en sus dominios. El ciclo del año equivale al círculo de la vida. Las estrellas, al igual que nosotros, nacen y mueren. El tiempo había empezado.

O.: En la India honramos el ciclo del nacimiento, la vida y la muerte con tres dioses: Brahma, Visnú y Shiva. Todo cuanto vive está sometido a sus dominios.

6. LOS ELEMENTOS

F.: Las primeras estrellas estaban compuestas enteramente de fuego; las más frescas nubes gaseosas entre ellas, de aire, pero en el interior de las estrellas se generaron elementos más pesados. Cuando moría una estrella, estos elementos se dispersaban en el espacio. Nuevas estrellas se formaban con esas cenizas que ahora pueden tener planetas sólidos compuestos por los antiguos cuatro elementos.

Todos: La tierra, mi cuerpo;
El agua, mi sangre;
El aire, mi aliento;
El fuego, mi espíritu

Anatema de la Comunidad Findhorn

J.C.: Ahora se crearon los siete planos de la existencia entre Urano y Gaia, el espíritu y la materia. Podía comenzar una nueva fase de la evolución.

7. LA VIDA

F.: Ese fue el momento decisivo. Había aparecido la tierra sólida. Hasta ahora, poco a poco el universo entero se volvía más sólido, inerte y dividido en partes. Pero debido a esta materia más fresca se podían formar estructuras más complejas y delicadas. Se trató de las primeras rocas, cristales y compuestos químicos. Luego criaturas vivientes y finalmente criaturas con alma. Había dado comienzo el lento y largo ascenso de la existencia de vuelta a sus fuentes.

Todos: Cada nueva vida es una nueva estrella, un sol con su propio reino. Los elementos fluyen a su alrededor y a su través. Siguen sus pautas como planetas y cometas. Crean sustancias nuevas, el alimento de las futuras generaciones. Por tanto, honramos la vida y sus ritmos.

8. EL ALMA

G.: En nuestra revolución mental y cultural, empezamos a comprender y expresar no sólo el mundo visible que nos rodea, sino también las fases del pasado. Cuatro de esas fases aún están con nosotros. Los principios que denominamos Urano y Gaia, Saturno y Júpiter, aún están aquí. Todavía somos masa y energía en el espacio y el tiempo. La evolución no ha reemplazado lo antes sucedido, sino que ha crecido sobre esa base. En las artes y las ciencias, en las religiones y mitologías, en el esfuerzo por el buen vivir, el espíritu aún activo del dios celestial se ha encarnado dentro de la diosa tierra de un nuevo modo.

O.: Entre el Tao del cielo y el Tao de la tierra se ha construido un nuevo puente: el Tao de la humanidad; una nueva forma para vivir en armonía con ambos. «El espacio entre el cielo y la tierra es como un fuelle. La forma cambia, pero no la estructura.»

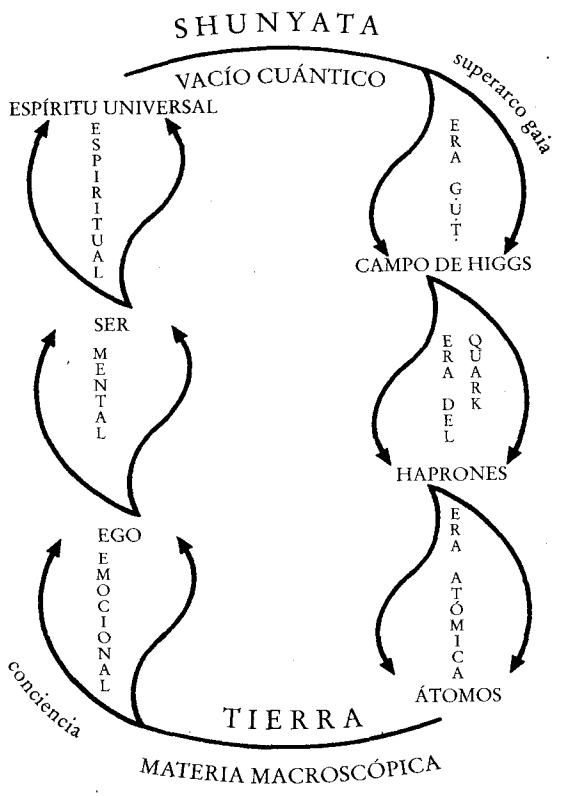
Tao Te Ching, 5

J.C.: En el sexto día, Dios creó al hombre y lo hizo a su propia imagen. Seres conscientes han empezado a llevar a cabo la misión de los cielos en la tierra. Igual que arriba, abajo. Hemos hallado analogías en todas partes. Urano y Gaia, nuestras propias energías masculina y femenina. Los siete planetas errantes, los siete chacras en nuestros cuerpos, las siete formas y fuerzas de tiempos de Cronos.

F.: Las fuerzas y partículas que hicieron las estrellas y luego los planetas, también hicieron nuestros cuerpos. Algunos piensan que las mentes y las almas siguen los mismos ritmos. Somos un microcosmos.

Todos: Estamos hechos de polvo de estrellas. Aquellos que comprenden y tienen buen corazón pueden evocar estas energías transformadoras en la vida cotidiana. En nuestro fin está el comienzo.

FIN



La espiral cósmica: una representación de toda la historia del universo desde el Big Bang a la evolución de la superior conciencia humana. Las etapas de evolución de la conciencia son vistas como análogas a las etapas de la evolución de la materia y la energía

En este simple y revelador modelo de evolución cósmica, que es la verdadera historia de la humanidad, vemos los primeros contornos emergentes del Loto del Ser.

6

EL LOTO DEL SER I: LA CAPA DEL EGO

> Puede decirse que el loto es la primera de las flores; generalmente florece en aguas estancadas y pantanosas con una perfección tan sensual e imponente que es posible imaginarla como el primer signo de vida en la vastedad indiferenciada de las aguas primigenias.
>
> JEAN CHEVALIER Y ALAIN GHEERBRANT, *Diccionario de símbolos*

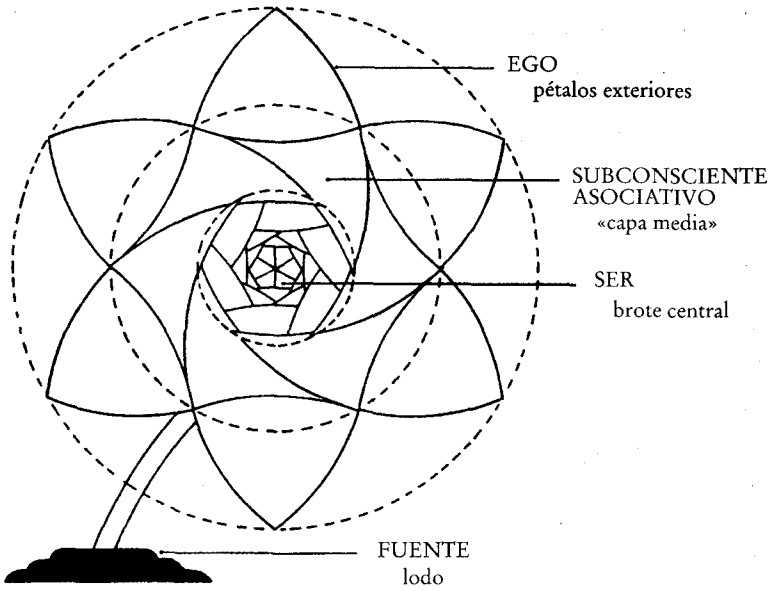
La flor de loto, originada en las tinieblas y el lodo, y alzándose hacia la luz, abarca el cielo y la tierra. Para los filósofos hindúes, el loto es el símbolo definitivo de la realización espiritual pues representa el camino del ser desde la oscuridad a la luz. Para los budistas es el símbolo de la naturaleza del Buda que yace en el corazón de todo ser humano. Constituye la pureza y la perfección que son la esencia de la capacidad humana, el origen de toda manifestación potencial del ser humano. En algunas sociedades secretas taoístas simbolizaba una «alquimia interior»,[1] el camino a la transformación interior. Representan el Tao del hombre sentado entre el Tao del cielo y el Tao de la tierra. En este libro, utilizo el loto como símbolo del ser que puede ser espiritualmente inteligente.

Para describir nuestra inteligencia espiritual se necesita un modelo más profundo y detallado del ser que los existentes hasta ahora en los anteriores sistemas de pensamiento. En esencia, la inteligencia espiritual representa un todo dinámico del ser en el cual el ser es uno consigo mismo y con toda la creación. Creo que este modelo más completo del ser sólo se puede describir combinando las ideas de la moderna psicología occidental con las de la filosofía oriental y muchas de la ciencia del siglo XX.

El loto es en sí mismo un símbolo poderoso para una integración semejante. En las filosofías asiáticas el loto es el símbolo definitivo del todo. El objetivo de toda la gran espiritualidad occidental ha sido el logro de una especie de totalidad. La psicología la denomina «integridad». La mejor ciencia del siglo XX se ocupa esencialmente de la totalidad (holismo), ya sea la totalidad profundamente interrelacionada de la realidad física, la integración más íntima de mente y cuerpo o la naturaleza holística de las oscilaciones neurales que desarrollan la conciencia humana. A fin de utilizar el loto como signo irrevocable del ser espiritualmente inteligente, resulta bastante obvio combinar las grandes tradiciones orientales y occidentales del ser con los últimos descubrimientos de la ciencia.

El loto es también un símbolo idóneo para el espiritualmente inteligente debido a su estructura física. En los capítulos anteriores hemos visto que hay tres clases básicas de inteligencia humana (racional, emocional y espiritual), tres tipos de pensamiento (secuencial, asociativo y unitivo), tres formas básicas de conocimiento (primaria, secundaria y terciaria) y tres niveles del ser (un centro - transpersonal; un medio - asociativo; y una periferia - el ego personal). El espiritualmente inteligente integra los tres. El loto tiene un centro, su capullo. Las filosofías orientales lo denominan «la joya en el corazón del loto» *(Om mani padme hum)*. Los pétalos de la flor tienen también centros plenos y redondeados y periferias más puntiagudas. Y cada loto tiene una cantidad de pétalos visibles que pueden ser cuatro, ocho o «mil» como en el chacra coronario del hinduismo.

Suponemos que el ser también tiene una fuente, un origen en la historia y el desarrollo del universo y un punto de partida de su propia historia. Físicamente, todos empezamos como polvo de estrellas que ha salido del vacío cuántico. También espiritualmente podríamos haber empezado como una protoconciencia asociada con ese polvo de estrellas. Cuando niños, empezamos como una conciencia inocente e indiscernible. El tallo del loto se origina en el lodo primigenio e indiscernible del ser original reflejando este origen de lo humano en una totalidad primigenia e indiferenciada. El ser también es una fuente, según la física cuántica la fuente del sentido y el valor en desarrollo, incluso la co-fuente de la realidad física manifiesta. En la mitología espiritual oriental, la flor de loto es la fuente de toda manifestación.



El Loto básico del Ser

En el Loto del Ser tal como aquí lo formulo, partimos de fuera hacia dentro, del último al primero ya que ese es el modo de comprenderse a sí mismo en la moderna cultura occidental. Hoy día primero nos conocemos desde la perspectiva del ego consciente, o sea, desde la periferia del ser. Este ego es esencialmente racional en su enfoque de la experiencia, y está asociado con los tractos neurales secuenciales y los programas del cerebro. Yo coloco al ego en el borde más exterior de los pétalos del loto.

Luego tomamos conciencia del subconsciente personal y colectivo, ese inmenso fondo de motivaciones, energías, imágenes, asociaciones y arquetipos que influencian «desde dentro» el pensamiento, la personalidad y el comportamiento. Se trata del «medio» asociativo del ser, esa parte de la mente que se asocia con las redes neurales paralelas del cerebro. Este medio funciona por el cuerpo y a través de las emociones. Coloco este subconsciente asociativo en el borde interior de los pétalos del loto.

Esos occidentales —que están entre el 50 por ciento que ha tenido alguna experiencia mística de unidad, o sea, una sensación profunda de ser uno con la realidad— pueden haber tomado conciencia,

aunque fuera breve, del centro del ser. De hecho todos, conscientes o no, estamos en contacto con el centro del ser cuando vivimos una nueva visión, vemos la vida en un mayor contexto o nos hacemos preguntas trascendentales. Ese centro está asociado con las oscilaciones neurales sincrónicas de 40 Hz en el cerebro y su función es esencialmente unificadora o integradora. Coloco el centro del ser en el centro del loto, en el pimpollo.

Y finalmente, según todas las tradiciones orientales y también los grandes místicos de Occidente, hay un aspecto del ser que está más allá de toda forma. Se trata de la fuente, Dios, el ser que tiene diferentes nombres en las diferentes tradiciones. Pero en todas la fuente del ser que está más allá de la conciencia es tanto el territorio del mismo ser, la fuente de toda manifestación y la última fuente de energía que se convierte en la mente consciente y subconsciente. En la ciencia del siglo XX esta fuente tanto de la existencia como del ser está asociada con el vacío cuántico, el básico estado de energía del universo. En el Loto del Ser, la describo como el lodo primigenio del que crecen las raíces y el tallo del loto.

El Loto del Ser se parece a un mandala, esos mapas budistas e hindúes de la psique y el cosmos que guían a los meditadores por los distintos niveles del ser y la experiencia rumbo a la iluminación que está en contacto con el centro. Con nuestro «mandala», el objetivo es obtener un mayor conocimiento del ser en los tres niveles e integrarlos en una totalidad psíquica que denomino inteligencia espiritual. En los capítulos 7, 8 y 9 presentaré ese mapa colocándole encima los principales tipos de nivel de personalidad, algunas de las motivaciones, energías y arquetipos subconscientes primordiales del medio del ser y luego del centro.

El loto aquí descrito puede reflejar incontables detalles de una amplia gama de tradiciones como, por ejemplo, las numerosas escuelas de la psicología occidental, el material del cabalista Árbol de la Vida, las deidades de la mitología griega, las tradiciones alquimistas y astrológicas, los bardos tibetanos, los chacras hindúes, los sacramentos de la cristiandad, etc. Los lectores interesados en dichas correlaciones pueden consultar el Apéndice de la página 273.

LOS SEIS PÉTALOS

El ego es la capa del ser más racional y de más reciente desarrollo. Está asociado con los tractos neurales secuenciales y los programas

del cerebro; o sea, el sistema neural responsable del pensamiento lógico, racional y consciente, el que se plantea objetivos y desarrolla estrategias. En efecto, se trata de un conjunto de mecanismos y estrategias con el cual el ser afronta el mundo. Si he tenido experiencias emocionales perniciosas en mi infancia, mi ego me protegerá de mayores daños elaborando estrategias para relaciones adultas que eviten mi dolor infantil. Si se esperaba demasiado de mí cuando niña, mi ego creará estrategias para afrontar esas expectativas exageradas o, alternativamente, para rebelarse contra esas exigencias. El ego es la máscara que yo le presento al mundo (y con frecuencia a mí misma), el papel que tengo en el escenario del mundo. El ego es la parte de mí misma con la que más rápida y fácilmente me identifico: la persona que creo ser.

La cultura occidental está dominada por el ego. Hace hincapié en las personas públicas y en las relaciones formales y pone el mayor énfasis en el individuo aislado que debe tomar decisiones racionales en todo momento. Por esa razón, la mayoría de los habitantes de Occidente vivimos de la periferia de nosotros mismos creyendo erróneamente que el ego cubre la totalidad del ser.

Cada uno de nosotros es único. Ningún par de cerebros ni de huellas dactilares son idénticos. Cada uno esculpe su propio destino en diálogo con sus experiencias únicas. Y sin embargo, en el ámbito de ego la psicología occidental suele dividir a las personas en diferentes tipos de personalidad (de cuatro a dieciséis). Esos tipos (introvertido, extrovertido, realista, neurótico, artista, emprendedor, etc.) pueden diferenciarse mediante tests y, de ese modo, satisfacer la manía occidental de objetividad y cientificismo.

De la periferia del ego de nuestros pétalos de loto he optado por usar los seis tipos de personalidad identificados por el psicólogo americano J. L. Holland. Su texto clásico *Making Vocational Choices: A Theory of Vocational Personalities and Work Environments* describe en detalle el test que lleva su nombre y que es la prueba de aptitud más utilizada en el mundo. Se basa en que hay seis tipos de personalidad, cada uno de los cuales puede vincularse con una gama de ocupaciones laborales idóneas. Los tipos de Holland tienen en cuenta los intereses y las capacidades del individuo. A lo largo de los años, millones de personas de las más diversas culturas han hecho el test de Holland como estudiantes o solicitantes de trabajo. Además ha sido objeto de estudio en cientos de tesis. Las categorías de Holland, aunque ligeramente distintas en la descripción que hacen otros tests muy conocidos como el de

Myers-Briggs basado en la obra de Jung, pueden ser fácilmente reformuladas para encajar prácticamente en todas las demás.

Holland hace preguntas como «¿Disfrutaría siendo enfermera, maestra, mecánico, etc.?» Su amplia investigación ha arrojado los siguientes seis tipos de personalidad:

- el convencional
- el sociable
- el investigador
- el artístico
- el realista
- el emprendedor.

A diferencia de otros tests de personalidad, el de Holland es bastante flexible para permitir que un individuo puntúe alto en dos, tres o cuatro rasgos distintos, algunos de ellos incluso supuestamente opuestos. Como artista, yo puedo ser poco práctica e impulsiva; sin embargo, en el papel de profesora de ciencias empresariales puedo ser eficiente y metódica (dos rasgos del convencional). Un científico puede ser cauto y preciso (dos rasgos del investigador); no obstante, le puede gustar el alpinismo (un rasgo del emprendedor) o asistir a fiestas (un rasgo del sociable).

De hecho veremos que la tendencia a mostrar características de diferentes categorías (identificadas con distintos pétalos del loto) es señal de madurez e inteligencia espiritual. Una persona muy inmadura puede haber desarrollado sólo un estilo de ego (un pétalo), mientras que la persona plenamente realizada (muy espiritualmente inteligente) muestra un mayor equilibrio entre las seis categorías. Tal como se presenta aquí, el loto es un «mapa» con el que podemos recorrer los distintos rasgos del ego en busca de una personalidad más equilibrada. En este sentido, el loto se parece enormemente a un mandala oriental.

En el capítulo 13, se propone un test para determinar a qué tipo o tipos de personalidad pertenece el lector. A continuación, pasamos a ofrecer un resumen de las principales cualidades asociadas con cada tipo (cada pétalo exterior del loto). Se describen los pétalos y sus equivalentes de personalidad en el orden ascendente del chacra indio. Si se usan de forma apropiada, las pautas de energía que se encuentran en la capa media del ser pueden ayudar a modificar esas características. Analizaremos los chacras en el capítulo 8.

PRIMER PÉTALO
LA PERSONALIDAD CONVENCIONAL

Sólo el 10-15 por ciento de la gente[2] satisface los criterios de Holland para el tipo convencional, aunque para muchos es su segunda o tercera posibilidad. Se trata de gente cuidadosa, conformista y metódica. Son eficientes y responsables, pero también pueden estar a la defensiva y ser inflexibles. Los convencionales tienden a ser inhibidos y nunca quieren sorprender a los demás ni destacar. Son obedientes, ordenados, persistentes, prácticos y ahorrativos, pero también pueden ser puritanos y carentes de imaginación. Quienes prefieren seguir las convenciones son lo opuesto del tipo de personalidad artística. Algunas de las ocupaciones idóneas que sugiere Holland para el tipo convencional son recepcionistas, secretarias, administrativos, operadores informáticos y contables.

SEGUNDO PÉTALO
LA PERSONALIDAD SOCIABLE

Las personalidades sociables forman el grupo más numeroso. Un 30 por ciento cae en esta categoría y la mayoría son mujeres. A los de tipo sociable, como es de esperar, les gusta la gente y las relaciones sociales. Son amistosos, cooperativos y generosos. A los sociables les resulta fácil identificarse con los demás y también pueden ser muy persuasivos. Son pacientes y para ellos la cooperación es algo natural. Holland también los describe como idealistas, responsables, prudentes y cariñosos. Son buenos maestros a cualquier nivel. Los terapeutas y los consultores de empresa también suelen provenir de este grupo al que pertenecen los constructores de casas con auténtica vocación.

TERCER PÉTALO
LA PERSONALIDAD INVESTIGADORA

La personalidad investigadora conforma un 10-15 por ciento de la población. Son de ideas apasionadas y, tal como indica su denominación, les encanta la investigación. Representan el tipo de personalidad más racional, el arquetipo de lo intelectual. Analíticos, complejos, curiosos y precisos, pueden ser hipercríticos con los demás y con

otras ideas. Mientras que al sociable le encanta la multitud, el investigador suele necesitar tiempo para estar solo. Son introspectivos, reservados y nada presuntuosos. Cautelosos y reservados, intentan que no les controlen las emociones. Sumamente independientes, pueden resultar antipáticos. Las ocupaciones de los investigadores incluyen a científicos, médicos, traductores, supervisores e investigadores científicos. La mayoría de los intelectuales profesionales tiene un elemento sustancial de tipo investigador en su personalidad. Los profesores universitarios, sobre todo los dedicados a la investigación, son buenos representantes de este tipo.

CUARTO PÉTALO
LA PERSONALIDAD ARTÍSTICA

Es lo opuesto al tipo convencional y a menudo en conflicto con el tipo investigador (a veces dentro de la misma personalidad), el tipo artístico abarca otro 10-15 por ciento de la población. Esta gente complicada con frecuencia es desordenada, emocional y poco práctica. Su idealismo puede perderles tal como le sucedió a Don Quijote y sus molinos de viento. Al igual que el tipo investigador, el artístico es independiente e introspectivo, pero no tiene dificultad en expresar su osada imaginación. Profundamente inconformista y original, es intuitivo, sensible y abierto y, por tanto, frecuentemente muy popular. Obviamente, esta personalidad se encuentra entre escritores, músicos y artistas, pero también pueden ser buenos periodistas, diseñadores, críticos de arte y actores.

QUINTO PÉTALO
LA PERSONALIDAD REALISTA

La personalidad realista tiene siempre un pie en la tierra, es directa y no malgasta palabras. Son personas muy prácticas, materialistas y tenaces. Abarcan un 20 por ciento de la población y la gran mayoría es masculina. No les atraen las relaciones íntimas, evitan los grupos sociales y no se dan muchos aires de grandeza. Cuando hablan, lo hacen con franqueza, pero tienden a ser conformistas y pueden mostrarse inflexibles. No se les conoce por sus ideas brillantes, pero son persistentes y ahorrativos. Este es el único tipo de personalidad que

Holland denomina «normal». Estas personalidades realistas prefieren las manualidades y que su compañero de trabajo sea una máquina. Con frecuencia se los encuentra entre chóferes, pilotos, mecánicos, cocineros, granjeros e ingenieros. Aunque son lo opuesto a la personalidad sociable, con frecuencia hacen buena pareja pues se completan a la perfección.

SEXTO PÉTALO
LA PERSONALIDAD EMPRENDEDORA

Estas personas extrovertidas y de gran confianza en sí mismas constituyen el 10-15 por ciento restante de la población. Son curiosos, simpáticos y ambiciosos, pero pueden ser dominantes. Aventureros y llenos de energía, les gusta el riesgo. Les encanta flirtear y pueden llevar las cosas a extremos exhibicionistas. Los de personalidad emprendedora suelen ser muy optimistas, estar siempre listos para intentar algo nuevo y a menudo inspiran tanta confianza como la que tienen en sí mismos. Son muy sociables y les encanta la conversación. No es de sorprender que muchos políticos provengan de esta categoría, así como vendedores, ejecutivos, gerentes y pequeños comerciantes. También se encuentran en la policía y en las fuerzas armadas.

EL DESARROLLO Y EL EQUILIBRIO DE NUESTRAS PERSONALIDADES

En gran parte, la tipología de Holland encaja perfectamente con el esquema que he sugerido para el Loto del Ser, pero es importante señalar que, tal como el mismo Holland reconoce, la persona media es una mezcla de dos o más de estos tipos. Idealmente, en el curso de nuestra vida espiritualmente inteligente, nuestras personalidades debieran crecer hasta alcanzar un equilibrio entre los seis tipos. Cuando la persona media hace el test de Holland primero cuando joven y más tarde como ser plenamente maduro, los resultados no presentan mayores variaciones. En otras palabras, la mayoría de la gente no cambia mucho en el transcurso de los años adultos. Pero en este libro nos centraremos en los pocos que *sí cambian* y en la noción de que muchos más podrían cambiar si aumentara la inteligencia espiritual en la

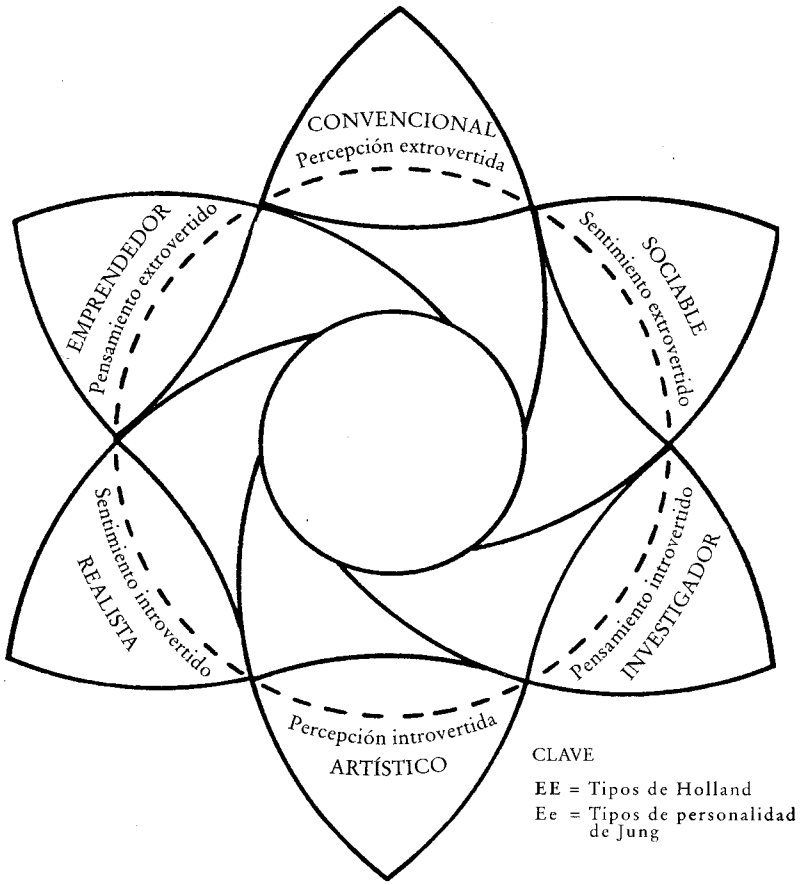
población general. La mayoría de los rasgos de la personalidad adulta son heredados y adquiridos por partes iguales. No podemos conseguir todo lo que deseemos, pero hay mucho que podríamos cambiar si realmente lo quisiéramos.

Al inicio de la vida adulta, la mayoría nos preocupamos en buscar estrategias que se correspondan con el entorno y las relaciones de la personalidad de nuestro ego. Pero más tarde, durante la crisis de los cuarenta, mucha gente intenta un mayor crecimiento y un mayor equilibrio entre sus personalidades. Jung se refería a este proceso de crecimiento como «individuación» y lo asociaba a la dimensión espiritual de la vida. Este, por supuesto, es el objetivo de la IES.

LOS TIPOS MYERS-BRIGGS

Se puede comparar el grupo de seis personalidades de Holland con otra clasificación sumamente popular. En 1921, Jung describió seis estilos de actividad del ego como pares de opuestos: introversión y extroversión, pensamiento y sentimiento, sensación e intuición. Por lo general, alguna combinación se convierte en habitual de modo que una persona puede ser de sentimiento extrovertido e intuición introvertida como segunda característica. Este trabajo de Jung fue la base para el muy popular test Indicador de Tipos Myers-Briggs, hoy día utilizado por más de un millón de personas cada año, a menudo en contextos de empresa o de enseñanza.

Se han cuestionado las relaciones generales que Jung sugirió entre sus tipos. Por ejemplo, la gente puede ser capaz de pensamiento o sentimiento, o de ambos tipos o de ninguno dependiendo del contexto. Pero los conceptos básicos siguen siendo muy útiles. Ciertas combinaciones encajan muy bien en el mapa del Loto del Ser. Por ejemplo, el sentimiento extrovertido de Jung corresponde al tipo sociable de Holland. El tipo artístico de Holland corresponde a la percepción introvertida (sensación introvertida más intuición introvertida).



El Loto del Ser I

7

EL LOTO DEL SER II: EL MEDIO ASOCIATIVO

La gran capa media del loto es el subconsciente asociativo, ese inmenso registro de imágenes, relaciones, pautas, símbolos y arquetipos que dirigen nuestro comportamiento y nuestro lenguaje corporal, reúnen y unen a nuestras familias y comunidades y dan sentido a nuestra vida sin referencias al pensamiento racional. Es la parte del ser gracias a la cual las pautas y capacidades se integran en nuestros cuerpos y en las redes neurales del cerebro. Como advirtió Freud correctamente cuando describió su id, el subconsciente rezuma una energía que tiene su propia lógica. Por el contrario, el ego consciente se forma con mucha mayor precisión.

¿Cómo se encuentran lo consciente y lo subconsciente? ¿Cómo se comunican información o negocian estrategias? ¿Qué sucede en la frontera entre ambos y qué consecuencias tiene para la inteligencia espiritual?

LA MOTIVACIÓN - LA FRONTERA ENTRE LO CONSCIENTE Y LO SUBCONSCIENTE

Un enlace crucial entre lo consciente y lo subconsciente es la motivación. En el Loto del Ser, yo coloco las motivaciones —y las actitudes consiguientes— entre la periferia del ego —en los pétalos del loto— y el medio asociativo, extendiéndose en ambos terrenos. La periferia del ego se ocupa de la inteligencia racional y de cómo percibimos las situaciones. El medio asociativo está regido por la inteligencia emocional y por cómo sentimos las situaciones. En el punto de encuentro de una y otro están las motivaciones, o sea, lo que quere-

mos hacer con esas situaciones. Ya que un aspecto importante de la inteligencia espiritual es preguntarnos si queremos cambiar las situaciones, y siendo así, cómo, las motivaciones para hacer cosas pueden estar relacionadas con nuestro ejercicio de la inteligencia espiritual. Ciertamente, la existencia de media docena de motivaciones distintas es una razón de gran importancia para que el ego tenga media docena de maneras de relacionarse con el mundo (los seis pétalos del loto).

¿Por qué el artista quiere crear algo que no existe? ¿Por qué la persona emprendedora quiere escalar una montaña o comunicar una idea osada? ¿Por qué el investigador necesita *saber* tan profundamente? Las motivaciones nos mueven; son lo que envía la energía latente en la emoción hacia los canales del ego personal y sus acciones subsiguientes. Motivaciones, emociones, movimiento: todas estas palabras provienen de la misma raíz lingüística y todas se refieren a canalizar nuestra energía psíquica más profunda o libido, tal como la denominó Freud. Comprender qué motivaciones existen y cómo funcionan es crucial para comprender cómo podemos cambiar o ampliar el modo de canalizar esta energía básica y profunda del ser. En otras palabras, comprender las motivaciones resulta capital para ejercer nuestra inteligencia espiritual.

La mayoría de los psicólogos occidentales acepta que las motivaciones son una mezcla de consciente y subconsciente. Un artista es parcialmente consciente de por qué tiene que pintar un cuadro determinado, pero no conoce del todo cuáles son las fuerzas profundas de su subconsciente que le llevan a crear esa imagen antes inexistente. Un político es parcialmente consciente de por qué promociona cierta causa, pero no sabe del todo de dónde proviene la pasión de su compromiso. Siempre somos parcialmente extranjeros de nosotros mismos porque siempre somos algo más que nuestro ser consciente.

Los psicólogos distinguen entre motivaciones e impulsos (las fuerzas que nos mueven principalmente por medio del instinto). La reproducción es un instinto compartido con todos los animales inferiores, pero la intimidad es una motivación que requiere facultades evolutivas superiores. La defensa del territorio propio también es un instinto en la mayoría de los animales, pero la autoafirmación es una motivación encontrada principalmente entre los seres humanos y los primates superiores. Las motivaciones son más *psicológicas*, más globales e implican algún tipo de ejercicio del libre albedrío; tienen más relación con opciones concretas porque se pueden satisfacer de muchas maneras. Puedo defender mi territorio expulsando a los demás,

pero puedo satisfacer mi motivación de autoafirmación con el uso de la palabra, con arteras sutilezas para quitar de en medio a los demás o dando órdenes a mis subordinados, etc. En los seres humanos, las motivaciones probablemente reemplazan nuestros instintos perdidos.

Según los teóricos de la personalidad, ciertas motivaciones son típicas de algunos tipos de personalidad. Las opiniones difieren sobre cuántas motivaciones básicas existen o sobre cuáles se corresponden con qué tipos de personalidad. El psicólogo motivacional americano R. B. Cattell es uno de los grandes nombres de la psicología occidental y uno de los pilares de la tradición de los tests de personalidad. Su obra es tal vez la que más abarca, la de mayor base empírica y la más ampliamente probada. Al igual que la obra de Holland sobre orientación vocacional, la de Cattell sobre motivación[1] es usada en todo el mundo. Llegó a sus conclusiones usando una gran variedad de procedimientos para probar las motivaciones conscientes y subconscientes: declaraciones de preferencia consciente, respuestas del tipo «detector de mentiras», mediciones de tiempo y energía dedicados a determinadas actividades, etc.

Mientras Freud creía que sólo había dos motivaciones básicas en los seres humanos, Cattell esboza unas doce. Pero yo pienso que algunas como el hambre pertenecen más a la categoría de impulsos o instintos; otras, como el narcisismo, son formas negativas de una motivación más positiva; y aún otras, como la lealtad a la propia profesión, se podrían describir como comportamiento aprendido. Por tanto, sólo he elegido seis de las categorías motivacionales de Cattell básicas, en algunos casos cambiándoles el nombre o la categorización. Estas se correlacionan con cinco de los tipos de personalidad de Holland y, por tanto, con cinco de los seis pétalos del loto y su centro. Estas seis motivaciones son:

- ❑ sociabilidad
- ❑ intimidad (paternal)
- ❑ curiosidad
- ❑ creatividad
- ❑ construcción
- ❑ autoafirmación.

Ahora mencionaré qué características enumera Cattell como parte constitutiva de estas motivaciones.

Lo gregario está asociado con el tipo de personalidad convencional y el primer pétalo del loto. Significa tener interés en ser sociable, en encajar en el grupo, en participar en actividades deportivas o presenciarlas, en disfrutar en cualquier tipo de actividad con un grupo. Quienes tienen lo gregario como principal motivación demuestran poco interés en rebelarse o en estar solos. Las formas negativas de esta motivación incluyen recluirse en sí mismo y narcisismo, excesiva preocupación por el propio ser e incapacidad para relacionarse (Cattell).

La intimidad de clase paternal está asociada con el tipo de personalidad sociable y el segundo pétalo del loto. La motivación para encontrar intimidad obedece a la necesidad de dar amor o sentirse amado. En el esquema de Cattell, esta motivación está relacionada con sentimientos de protección paterna. En sus formas más desarrolladas también se vincula con ayudar al necesitado y querer hacer obras de filantropía a una mayor escala. Según Cattell, las formas negativas de la intimidad incluyen la furia y el odio.

La curiosidad está asociada con la personalidad investigadora y el tercer pétalo del loto. Significa estar motivado para investigar, interesarse en la literatura, la música, las artes en general, la ciencia, las ideas, los viajes, el estudio de la naturaleza, etc. Según Cattell, las expresiones negativas incluyen miedo, recluirse en sí mismo y apatía.

La creatividad está claramente asociada con la personalidad artística y el cuarto pétalo del loto. Significa motivarse para hacer algo antes inexistente, decir algo de un modo que no se ha dicho jamás, vivir sin hacer caso de las normas, desear lo no visto o inexpresado, soñar con lo imposible. Las formas negativas de la creatividad son la destrucción y el nihilismo. La motivación creativa sólo es mencionada en el esquema de Cattell como «sexo», pero en su obra y en muchos otros estudios psicológicos se la encuentra como creatividad, instinto vital o sentimientos románticos. Es la motivación dominante en el 10-15 por ciento de la población y está presente en todos los seres humanos en virtud de la naturaleza de nuestra conciencia y el modo en que se desarrolla el cerebro.

La construcción se asocia con la personalidad realista y el quinto pétalo del loto. Significa obtener placer de jugar con artefactos mecánicos, de construir o arreglar cosas. Con frecuencia, la gente con esta motivación tiene una rica vida interior de sentimientos, pero les resulta difícil expresarla en palabras. Antes de los tiempos de la producción en masa, esa gente podía expresar sus sentimientos por medio de la cerámica, la ebanistería y demás artesanías. Cuanto más se desarrollan, estas personalidades realistas siguen las pautas de motivaciones aprendidas que Cattell denomina «autosentimientos». Hacen hincapié en el autocontrol, el autorrespeto, el buen ejercicio del civismo y el respeto a los intereses comunitarios.

La autoafirmación está asociada con la personalidad emprendedora y el sexto pétalo del loto. Implica interesarse en grandes beneficios, la reputación, la competitividad, en proveer bien a la propia familia, el éxito en el trabajo y en la política (para la propia mejora personal). Cuanto más desarrollada, esta personalidad sigue disfrutando de la independencia y el liderato, pero se siente más motivada para servir a la comunidad o incluso a intereses transpersonales. Las formas negativas de la autoafirmación son el abandono de responsabilidades, el menoscabarse a sí mismo o el abuso de poder por motivos personales.

Cattell descubrió otra motivación, a la que llamó «religiosa». Yo la acepto como motivación central, pero prefiero llamarla «unificadora» debido a las experiencias con que está asociada. Cattell la asoció con «la sensación de estar en contacto con Dios o con algún principio que da sentido o ayuda» y con un interés por la religión organizada. Sin embargo, esta motivación no parece estar asociada con una personalidad o actividad determinadas, sino ser más bien una fuerza potencial de impulso en las vidas de todas las personalidades, una motivación destinada a encontrarle sentido y valor a todo lo que hacemos. Por tanto, no la coloco en un pétalo sino en el mismo centro del loto.

EL SUBCONSCIENTE ASOCIATIVO: LA CAPA MEDIA DEL LOTO

En el medio del ser están los hábitos, las asociaciones y las tradiciones de la vida cotidiana, el subconsciente personal, el id de Freud. Aquí también están las narraciones, las imágenes de nuestras religiones y mitologías y los ritmos internos de nuestra cultura. Aquí se hallan los dramas que evocan nuestros sueños nocturnos y los modelos psíquicos de nuestro comportamiento diurno. Este también es el lugar donde cada uno de nosotros experimenta la sabiduría o la locura de allende el ego, el mundo de pesadilla de la esquizofrenia y el éxtasis sublime del vidente. Este es el sitio donde hablamos con los dio-

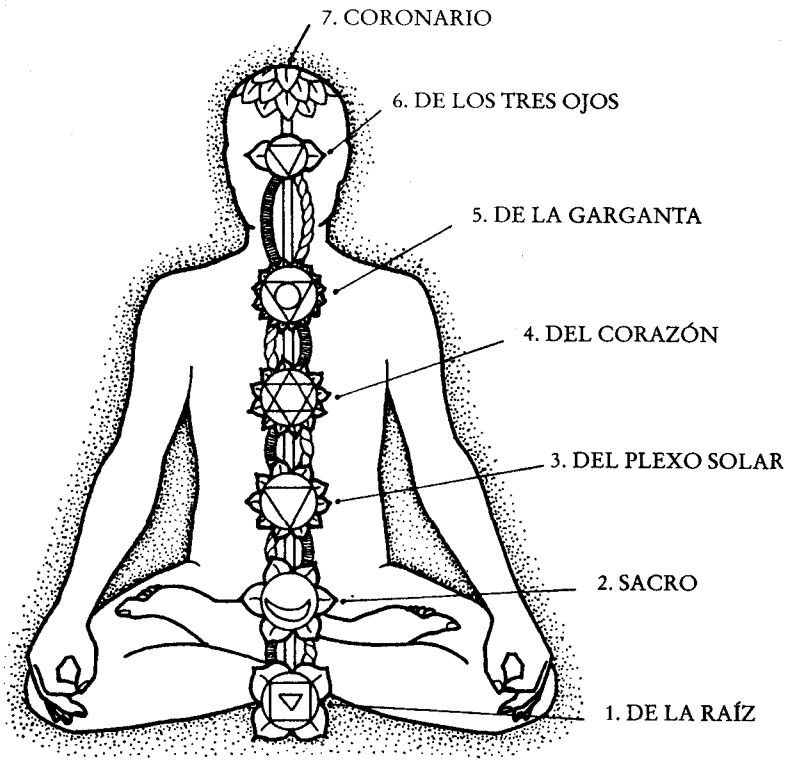
ses, las diosas y los héroes, con todos los demonios de ultratumba, y donde las energías que crean las motivaciones echan raíz en el profundo y continuo proceso del ser.

El medio es la primera zona que expuso Freud en su estudio de las neurosis y los sueños; luego fue profundizada por Jung y otros quienes, a fin de describir el subconsciente, combinaron el estudio de pacientes psicóticos y pueblos primitivos, las grandes mitologías, las imágenes y los símbolos de la humanidad a través de toda la historia escrita. En esa masa de material, hay pautas, imágenes y símbolos recurrentes que sugieren la existencia de una estructura universal para la psiquis subconsciente. Jung la denominó subconsciente colectivo.

¿Qué son esas pautas y arquetipos profundos y recurrentes en diferentes civilizaciones? ¿Cómo se relacionan con las capas del ego de nuestras personalidades? ¿Qué arquetipos se corresponden con los tipos de personalidad? ¿Qué energías profundas enlazan con el conjunto, con las motivaciones básicas personales que acabamos de esbozar? ¿Y cuál es la estructura de estas profundas energías psíquicas? ¿Por qué son tan universales?

En la capa externa del ser, la del ego, se es a medias. El ego no se puede reparar ni transformar: esas son propiedades de las capas más profundas del subconsciente. Pero incluso aquí, en el subconsciente profundo, los símbolos e imágenes de la tradición occidental a menudo tienen una cualidad estática. Así pues, ¿qué los mueve? ¿Cómo puede ser que el mero contacto con ellos proporcione energía al ser? En suma, ¿cómo sucede la transformación?

Estos interrogantes nos llevan al sitio en el loto donde se deben introducir los chacras del yoga Kundalini. No hay un equivalente occidental a esta «escalera de loto» de energía transformadora y con forma de serpiente, un conjunto de siete localizaciones vitales dentro del cuerpo que representan las etapas de desarrollo psíquico en el proceso y desarrollo del ser. Al incorporar los chacras al loto, hallamos una energía dinámica que representa una etapa más primaria de motivación personal. Dije antes que las motivaciones, debido a que pueden ser conscientes, cambiar y, por tanto, contribuir a la transformación personal, son un elemento importante para ampliar nuestra inteligencia espiritual. Esto es aún más verdad en el caso de los chacras. En la tradición india, abrirse paso entre los chacras es clave para la transformación personal.



Los chacras

Estos puntos de energía se corresponden casi exactamente con el contenido psíquico de las estructuras occidentales más estáticas adaptadas por Cattell (véase diagrama en la página 144) que yo describo como formadoras del subconsciente. Que lo hagan refuerza mi creencia que el ser contiene estructuras y energías universales que son exclusivas del ser humano y con las que se debe trabajar cuando debemos afrontar el reto de aumentar nuestra inteligencia espiritual.

Llegados a este punto, nos abriremos paso por la capa media del loto con un resumen del material y la energía psíquicas que se asocian con cada nivel de personalidad. La gran riqueza de imágenes y símbolos de muchas culturas se puede reflejar en ciertas pautas básicas, recurrentes con distintos nombres y formas. Un resumen de la recurrencia de estas pautas en diferentes sistemas simbólicos se puede encontrar en la carta del Apéndice en la página 274.

LAS RAÍCES MÁS PROFUNDAS DE LA PERSONALIDAD CONVENCIONAL

La antigua ciencia occidental, las mitologías babilónica, egipcia, griega y romana usaban una estructura psicológica de siete planos que provenía del resultado de los siete «planetas» entonces observables. Ya que según la física antigua, los cuerpos físicos con el tiempo llegaban a detenerse si no eran empujados por un ser viviente, se creía que estos siete «viajeros» eran dioses o el hogar de dioses. Para la mentalidad antigua y clásica, los dioses poseían características y tipos de personalidad humana. Esta asociación todavía persiste hoy día en nuestra fascinación por la astrología y en ciertas expresiones coloquiales como lunáticos (de luna), artes marciales (de Marte) o enfermedades venéreas (de Venus). Del mismo modo, los arquetipos de Jung del subconsciente colectivo son correlativos casi exactamente con las características de los dioses planetarios. Se hallan más correlaciones, aunque no estén conscientemente planeadas por quienes han desarrollado los sistemas, entre estos dioses planetarios, el esquema de motivación humana de Cattell y los chacras indios.

La personalidad convencional y su motivación asociada de lo gregario hunden sus raíces subconscientes en cualidades vinculadas con Saturno, el más antiguo de los dioses olímpicos y un planeta de movimientos sumamente lentos. Representa la forma, la estructura y el equilibrio; en una palabra, todo aquello que es sano, normal y predecible. La personalidad convencional es el pegamento de la sociedad. Para Jung, el arquetipo correspondiente del subconsciente colectivo es la Tribu, sostenida por lo que él denominaba «mística participativa», o sea, una identificación y fusión primitivas con el grupo. Algo de esto es necesario incluso para los adultos más independientes; de otra manera, no podríamos sentir que pertenecemos a un grupo.

Para su fuente más profunda de energía, la personalidad convencional se asocia con el primero de los chacras indios, el chacra de la raíz situada entre el ano y los genitales. Este chacra con aspecto de loto de cuatro pétalos está asociado con el elefante, que simboliza la fortaleza, la firmeza y la solidez de la tierra. Pero tal como dice Joseph Campbell, la máxima autoridad de siglo XX en mitos y mitología, el elefante «también es una nube condenada a caminar sobre la tierra de modo que si se liberara de esta condición se iría volando».[2] El chacra de la raíz representa la energía espiritual en su forma más baja, sin

inspiración y sin impulso explícito para expandirse. A este nivel es necesario despertar la conciencia para aspirar a cosas más elevadas. Algunos escritores asocian el chacra de la raíz con la infancia y su necesidad de seguridad y apoyo, dos elementos básicos para el posterior desarrollo estable del infante. Caroline Myss[3] lo asocia con el sacramento cristiano del bautismo, o sea, con la introducción del niño en la comunidad humana.

LAS RAÍCES MÁS PROFUNDAS DE LA PERSONALIDAD SOCIABLE

El tipo de personalidad sociable y su primera motivación, la intimidad, están asociados con Venus. Ella es la diosa romana del amor, equivalente a la griega Afrodita, pero proveniente de las anteriores grandes diosas Madres como Astarté. Venus nutre y protege así como dispara las pasiones de la pareja. El arquetipo de Jung para la Gran Madre también representa estas cualidades nutritivas y protectoras.

Para su fuente más profunda de energía, la personalidad sociable se asocia con el segundo chacra o sacro, justo encima de los genitales. Loto bermejo de seis pétalos, este chacra se vincula con el agua. La energía primigenia en este caso es el sexo y la reproducción, ya sean expresados directamente en el coito y en los ritos de fertilidad o de matrimonio o sublimados en actividades de apoyo más amplio. Algunos escritores asocian este chacra con todos los sentimientos de deseo hacia la pareja sexual y los miembros familiares más cercanos, incluyendo la empatía y la nutrición. Las distorsiones de esta energía de chacra pueden producir obsesiones sexuales patológicas. El psicoanálisis freudiano tiende a tratar toda la psiquis como si estuviera atrapada en este nivel de evolución de energía psíquica.

LAS RAÍCES MÁS PROFUNDAS DE LA PERSONALIDAD INVESTIGADORA

La personalidad investigadora y su principal motivación —la curiosidad— se asocia con el dios romano Mercurio (el Hermes griego), el joven heraldo de los dioses que trajo mensajes de Júpiter (Zeus) a la gente. Mercurio también guiaba a las ánimas hasta la Ultratumba

(fuente del conocimiento más profundo) y ocasionalmente las traía de regreso. Era un dios infantil y cambiante fácilmente asociado con el arquetipo de Jung del Joven Eterno que también es un guía de almas.

Para su fuente más profunda de energía psíquica, la personalidad investigadora echa mano del tercer chacra o plexo solar. Dibujado como un loto de diez pétalos, este chacra se asocia con el calor y la luz más fuertes, con el objetivo de controlar el mundo y convertirlo en uno mismo, y con el poder. Su símbolo es un triángulo blanco que contiene fuego y ostenta símbolos de esvásticas en los lados. Aquí la energía se relaciona con nuestros intentos de independencia y autoafirmación. Como en el período de latencia de Freud, aquí lo emocional y lo sexual son secundarios a las actividades intelectuales y asertivas, al éxito y la conquista.

LAS RAÍCES MÁS PROFUNDAS DE LA PERSONALIDAD ARTÍSTICA

La personalidad artística, con su fuerte motivación de creatividad y su necesidad de transformar la realidad existente, está asociada con la Luna siempre cambiante (Diana, en la mitología romana; Artemisa, en la griega). La luna que brilla en la oscuridad simboliza la intuición y el conocimiento dentro del subconsciente profundo. Representa los poderes de las tinieblas asociados con la creatividad, con los secretos de Ultratumba, la magia y la metamorfosis. El tipo artístico saca la creatividad de sus propias profundidades, desde más allá de su ego consciente, de una fuente de conocimiento más allá de la lógica y la racionalidad. En la antigua Grecia se relacionaba a la luna con los ritos de creatividad y éxtasis, con las danzas báquicas y las visiones mediante la libre asociación de emociones. El arquetipo junguiano asociado es la Sacerdotisa o mujer sabia que es en parte hechicera, en parte bruja, la guardiana de la muerte y el renacimiento (las fases de la luna) y, por ende, de la transformación. Jung y otros también han asociado este arquetipo con el chamán, el sabio que viaja entre los distintos mundos de la conciencia para traer la curación y la transformación a las almas afligidas.

La fuente profunda de la energía psíquica de la personalidad artística está relacionada con el cuarto chacra, o del corazón. Según Joseph Campbell y sus fuentes indias, los tres primeros chacras se refieren a la vida en este mundo real: la pertenencia a la comunidad, al sexo y la reproducción y a la adquisición del conocimiento y el poder personales. Pero con la energía del corazón, el chacra hace la transición a un cometido más trascendente. Visualizado como un loto de doce pétalos y asociado con el elemento aire, el chacra cardíaco reside donde se encuentran el pensamiento y el sentimiento, donde vivimos una apertura a los demás y a las cosas nuevas, donde experimentamos una sensación creciente de belleza y el idealismo más recóndito. La escritora Caroline Myss asocia el sacramento cristiano del matrimonio con este chacra.

LAS RAÍCES MÁS PROFUNDAS DE LA PERSONALIDAD REALISTA

La personalidad realista, con su tendencia a la lucha y al éxito material, puede asociarse con el romano Marte (el griego Ares), dios de la guerra. Al igual que el tipo realista, Marte no es especialmente intelectual ni comprensivo, sino que demuestra gran perseverancia y coraje. El arquetipo junguiano correspondiente es el del Héroe que lucha contra las fuerzas de la oscuridad (la Sombra) para recuperar el tesoro.

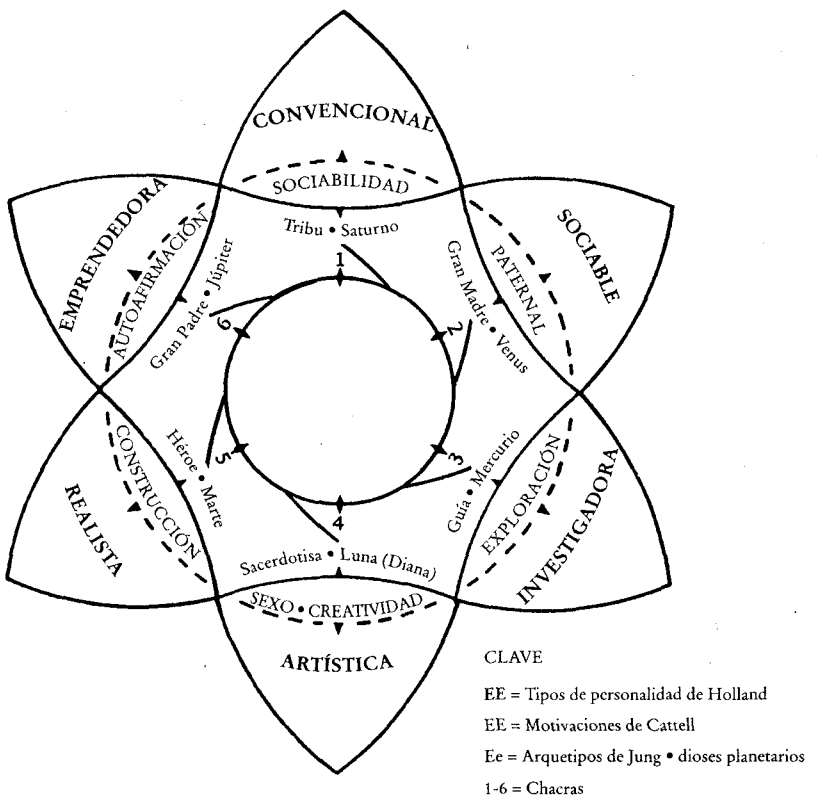
La energía psíquica más profunda del tipo realista se basa en el quinto chacra, el de la garganta. Este chacra trata de conducir las fuerzas y energías de los primeros cuatro chacras con el objeto de alcanzar la iluminación. Visualizado como un loto de dieciséis pétalos púrpuras y humeantes, está asociado con el dios Shiva en su forma hermafrodita, vestido con una piel de tigre y blandiendo un tridente, un hacha de guerra, una espada y un rayo. Algunos estudiosos lo asocian con las duras realidades de la vida adulta y la voluntad de perseverar pese a las dificultades.

LAS RAÍCES MÁS PROFUNDAS DE LA PERSONALIDAD EMPRENDEDORA

La personalidad emprendedora, con su atracción por la autoafirmación, los grandes proyectos y las maquinaciones políticas, puede asociarse con el romano Júpiter (el Zeus griego), el gran rey de los dioses y la humanidad. Júpiter era rey del cielo, de las tormentas y de

la lluvia benefactora. Era poderoso y poseedor de grandes recursos, pero tenía mal genio y a veces era tiránico. Al igual que los políticos, le gustaban los grandes proyectos, a veces con consecuencias desastrosas. El arquetipo junguiano equivalente es el Gran Padre, el símbolo del liderazgo y la autoridad.

La energía básica de la personalidad emprendedora proviene del sexto chacra, el del tercer ojo. Situado encima y entre las dos cejas, se lo describe como un loto de dos puros pétalos blancos. Sentada sobre



El Loto del Ser II

este loto está Hakini, la diosa de seis cabezas, que ofrece ayuda y recursos para superar el miedo. Joseph Campbell cita a estudiosos indios que ven a quienes están en el escenario de este chacra siendo totalmente consumidos por visiones de lo divino, pero otros expertos

lo asocian con la sabiduría y la madurez cuyos síntomas aparecen en la crisis de los cuarenta años. En esta etapa, el individuo, tras haber logrado el éxito material, busca los símbolos y significados más profundos de su cultura a fin de encontrar y expresar el sentido de su vida. Caroline Myss lo asocia con el sacramento cristiano de la ordenación del sacerdote.

Cuando penetramos aún más hacia el centro del ser, las distinciones y los límites empiezan a difuminarse. Cada tipo de personalidad empieza a mezclarse y disiparse. Cada tipo de personalidad comienza a hacer uso de nuestra común herencia psíquica, esa profunda capa simbolizada por Jung como el subconsciente colectivo, la memoria compartida y subconsciente de la especie. Allí encontramos a todos los dioses planetarios, todos los arquetipos y todos los chacras llenando nuestros actos y personalidades a través de nuestros sueños y asociaciones subconscientes. Coloco a los mismos chacras como fuerzas de energía que enlazan esta profunda capa media del subconsciente con la fuente y centro del ser más profundo, el corazón o pimpollo del loto. Veamos ahora ese centro, que origina todas las energías, símbolos y estructuras del ser.

8

EL LOTO DEL SER III: EL CENTRO

Treinta rayos de rueda
van hacia el centro, pero
mirad, no hay nada en el centro,
y precisamente por eso funciona.

Si moldeáis una taza, tenéis que hacer un hueco:
es el vacío en su interior lo que la hace útil.

En una casa o habitación, son los espacios vacíos
—las puertas, las ventanas— los que la hacen útil.

Todo hace uso de lo que está hecho
para hacer lo que hace,
pero sin su nada no sería nada.

Tao Te Ching, 11

Casi podríamos describir nuestra moderna cultura occidental como una cultura de «centro ausente». En la física de Newton, no hay un centro específico en el cosmos. No hay más que gravedad, una fuerza entre cuerpos dondequiera que se hallen. En la medicina occidental, el cuerpo humano carece de un centro vital o de integridad unificadora. No es más que una colección de partes: corazón, pulmones, riñones, cerebro, etc., cada una de las cuales es estudiada con independencia de las demás. En la educación occidental no adquirimos un sentido profundo del conocimiento como un todo. Aprendemos «asignaturas»: lengua, matemáticas, geografía, química. En nuestras religiones tradicionales, Dios es algo «allí fuera» con respecto a nosotros que estamos «aquí dentro».

Lo mismo sucede en la psicología occidental. El ser o la personalidad no tiene un centro. Somos una combinación de particularidades de personalidad y de motivaciones subconscientes, una serie de características de comportamiento, un conjunto de tendencias genéticas, una colección de operaciones neuronales. Cuando la psicología trata de que nos conozcamos mejor, lo hace en nombre de estos elementos superficiales. No nos ofrece un enfoque interior desde el que podamos unificarnos y transformarnos tanto a nosotros mismos como a nuestras experiencias. La psicología contemporánea es ajena a la inteligencia espiritual.

La cita del *Tao Te Ching* de la página 147 ilustra la diferente filosofía de las tradiciones orientales. En Oriente, así como en la moderna teoría cuántica de campos, el vacío tiene una especie de plenitud preñada, la quietud es testigo de la verdad. Los objetos, el ser y el cuerpo están unidos por un centro permeable que no se puede ver ni expresar. No se puede vivir ni comprender el ser salvo en relación con este centro que es toda la creación expresada por medio de una realidad física experimentada como *yo*. «Yo soy el cosmos y los Budas están en mí —dicen los textos orientales—. En mí está la luz cósmica, una presencia misteriosa, incluso si está oscurecida por error.»[1] Los indios hablan de ese «ser que mora en el interior pero no irradia luz aunque está escondido en todas las cosas»,[2] y de «la luz divina que está misteriosamente presente y brillando en cada uno de nosotros».[3]

También en la tradición mística occidental hay una sensación de un centro vivo unido a la fuente de todas las cosas y que también es la llave del verdadero conocimiento. En el Libro de Job, leemos: «Pero esta [la sabiduría] es en el hombre una inspiración, es el soplo del Todopoderoso el que la enseña.» (32:8). San Lucas nos dice en su Evangelio, «El reino de Dios que está dentro de ti», y en otros pasajes de San Lucas y San Juan se compara a «este reino interior» con una diminuta semilla que puede convertirse en un árbol inmenso.

El gran místico cristiano san Juan de la Cruz define el centro del alma como Dios, «... y cuando el alma ha llegado a Él, según toda la capacidad de su ser, y según la fuerza de su operación, habrá alcanzado el último y más profundo centro del alma».[4] En una línea semejante, el monje y místico Thomas Merton creía que el alma no era una esencia individual e independiente, sino «un punto de nada en el centro de nuestro ser que pertenece por completo a Dios».[5] Este punto de nada es un lugar de profunda soledad y es en nuestra más profunda soledad

donde nos encontramos con Dios: «Este *yo* interior, que siempre está solo, es siempre universal; porque en este *yo* más recóndito, mi soledad se encuentra con la de todos los hombres y con la de Dios.»[6]

Los textos místicos del judaísmo de los siglos XVII y XVIII expresan ideas parecidas: «El conocimiento del ser es un medio de conocer a Dios, el Creador, y a todo el universo creado», escribió el rabino Schneur Zalman. El pilar de la filosofía de Sócrates era «conócete a ti mismo». Su conocimiento del ser conduce al conocimiento de la verdad, la bondad y la belleza. El conocimiento de un ser profundo y de un centro profundo no está limitado a místicos y filósofos. La escultora inglesa Anish Kapoor, cuya obra magna muestra un Vacío preñado de ser y realidad, describe el centro del ser como «un lugar de quietud y singularidad». Y en una novela de P. W. Martin, un soldado que vive el horror de la muerte en la Primera Guerra Mundial, se da cuenta en el fragor de la batalla de que en su interior hay un centro profundo «completamente indestructible»:

> En el verano de 1916, avanzaba yo con mi batallón hacia la primera línea. Sentíamos angustia y éramos un saco de nervios. Se trataba de nuestra primera experiencia activa en la guerra. Esa última marcha antes de llegar a las trincheras fue por la noche. Empezamos a andar con las pesadas mochilas sobre los hombros por caminos de adoquines. Caía la lluvia empapándonos. Caminamos hasta la medianoche y nos detuvimos finalmente en un pueblo medio destruido. Todo estaba tranquilo, casi pacífico. Pernoctamos en graneros y edificios que aún tenían paredes y tejados. Nos quitamos el equipo y caímos dormidos como troncos.
>
> Desperté sobresaltado; se oyó un silbido y luego un colosal estruendo. Por unos segundos hubo silencio. Luego otra vez el terrible silbido seguido por otra explosión aún más impresionante. Mientras yo permanecía cuerpo a tierra, arrancado de las profundidades del sueño, sentí un miedo como nunca antes. De cintura para abajo temblaba de modo incontrolado; algo horrible de experimentar. Me levanté por instinto buscando algo más allá de lo conocido.
>
> Entonces me sentí atrapado de forma tan nítida y limpia como un buen portero coge la pelota. Una sensación de alivio indescriptible fluyó por todo mi ser. Supe con una certeza inexistente en cualquier otra certidumbre que estaba a salvo. No había garantías de que no volaría en pedazos de un momento a otro. Lo temía, pero aunque ese fuera mi destino, no tenía mayor importancia. En mí había algo indestructible. Cesaron los temblores y me sentí completamente entero y en calma. Otra bomba cayó y explotó, pero ya no me produjo horror.[7]

En términos psicológicos modernos, asociamos el centro del ser con la fuente de la imaginación humana, con ese lugar profundo dentro del ser desde el que soñamos o concebimos lo imposible o inexistente. En el budismo Zen, el centro es aún más profundo, un lugar inimaginable:

> Podemos penetrar más allá de las profundidades del subconsciente colectivo de la naturaleza humana y llegar al océano insondable de la naturaleza de Buda. Si traspasamos el subconsciente colectivo, experimentamos un nacimiento totalmente nuevo en un océano de vacío. Esta es la libertad infinita del no ser, no mente, no idea; esta es la vida misma liberada de todos los condicionamientos. Allí, en la no mente infinita, encontramos flores, la luna, nuestros amigos y familias y todas las cosas tal como son; apreciamos nuestra vida cotidiana como milagros.[8]

El centro es una fuente plena e inagotable dentro de nosotros y es en sí misma el corazón de una realidad más grande, tal vez sagrada o divina. Y al mismo tiempo es lo que nos nutre y aquello con lo que nutrimos nuestra creatividad.

Los científicos modernos más sensibles hablan de una fuente profunda en nuestro interior de la que brota la creatividad. En *La fe de un físico*, D. H. Huntley precisa:

> La propia experiencia de un físico le lleva a colegir que su personalidad tiene profundidades y recursos allende la mente racional y analítica; allí es donde hay poderes de síntesis, apreciación y comprensión, una capacidad y sabiduría latentes superiores a las que acostumbra a tener de forma rutinaria su conciencia. Esto sugiere que el ámbito de la física, ahíto de una variedad de hechos, ha sido fabricado en regiones mentales donde la realidad es secundaria a la síntesis.[9]

Las palabras finales de Huntley son tan válidas como cualquiera para una aproximación a la dinámica cerebral unificadora de las oscilaciones neurales de 40 Hz y la síntesis de pensamientos, emociones, símbolos, asociaciones y percepciones a las que están enlazadas. La reciente investigación del papel que tienen estas oscilaciones en nuestra vida mental representa la descripción que hace la propia ciencia de la existencia de un centro del ser.

Este centro es el tema principal de este libro. De este centro unificador de actividades en el cerebro y del lugar de este centro dentro tanto del ser como de la realidad cósmica, emerge la inteligencia espiritual. El conocimiento de este centro y de lo que puede decirse o no decirse al respecto, de cómo se puede experimentar y expandir en la personalidad, es clave para aumentar y usar nuestra inteligencia espiritual.

Por el contrario, la ignorancia de este centro, el ni siquiera saber que nuestro ser posee un centro, es la principal causa de indolencia espiritual. A menudo hoy hablamos de «encontrarse a sí mismo», pero si no tenemos ninguna relación con el centro, nos «encontramos» en alguno de los pétalos exteriores del loto y a un nivel superficial del ego.

Por tanto, ¿qué es este centro del ser, este ser profundo que es la fuente de todo lo que somos y sabemos, de todas nuestras síntesis y transformaciones personales? ¿Qué intentos se han hecho de hablar de él en la mitología y en los arquetipos junguianos? ¿Con qué chacras y motivaciones está asociado? ¿Puede la ciencia del siglo XX añadir algo a nuestro conocimiento del centro?

LOS SÍMBOLOS DEL CENTRO

El sol es la fuente vital de la luz, el calor y la energía. Es el centro alrededor del cual giran los planetas. Al igual que el centro del loto, es una metáfora para el meollo de la personalidad, pero aun así no llega a expresar la cualidad etérea e indescriptible de algunas experiencias místicas. Mejor aproximación es la del vacío cuántico.

El arquetipo junguiano del ser es el más cercano equivalente occidental a nuestro centro del loto. A diferencia de Freud, que consideraba al ego el principal principio organizador de la personalidad y, por tanto, a la conciencia como la clave de la integración personal, Jung describe el ser como abarcando tanto la mente consciente como la subconsciente, «tanto el centro como la circunferencia» de la persona. No obstante, en otros escritos Jung describe el ser como el centro de la personalidad, el arquetipo central y el centro del campo de energía de la personalidad.[10]

Esta aparente paradoja se resuelve cuando constatamos que Jung usaba el término con tres significados diferentes. El ser original, presente en el momento del nacimiento según algunos, da pie al ego y otras complejidades y al centro del ser del adulto. Esta imagen es si-

milar a la nube original de gases diluidos que, al contraerse, producen al actual sol y los planetas; o al bulbo del loto que hace crecer la flor con su centro y sus pétalos. La tercera y acaso más importante referencia de Jung al ser es un aspecto integrador o transformador de la personalidad.

Con frecuencia, Jung pensaba que el ser sólo es accesible a las personas después de la crisis de los cuarenta. En ese momento, en conjunción con su «función trascendental», el arquetipo del ser sintetiza los opuestos de la personalidad como, por ejemplo, el pensamiento y el sentimiento. El arquetipo del ser y la función trascendente representaban el símbolo y el proceso de transformación. Pero Jung situaba la autotransformación en la última etapa de la vida mientras que yo la asocio con la inteligencia espiritual y creo que es potencialmente activa durante toda la vida.

En términos muy similares a lo que he manifestado sobre la IES, Jung creía que el ser no podía disociarse del papel psicológicamente integrador que tiene la búsqueda de significado y sentido en la vida. Andrew Samuels, un estudioso junguiano, señala que palabras como «unidad», «orden», «organización», «totalidad», «equilibrio», «integración» y «universalidad» aparecen una y otra vez en los comentarios de Jung sobre el ser. «Tal variedad de términos tendría poco peso de no ser por la conexión fundamental del ser con cuestiones de significado.»[11]

En los sistemas simbólicos, la energía psíquica profunda se asocia con el séptimo chacra indio, el coronario. Situado fuera del cuerpo, encima de la cabeza, a menudo se lo muestra en las pinturas religiosas de la tradición occidental como un halo. Es energía pura y luminosa, «pura luz, una luz más allá de nombres y formas, más allá del pensamiento y las experiencias, más allá incluso que los conceptos de "ser" o "no ser"».[12] Representado por un loto de mil pétalos que lanza rayos de luz lunar, el chacra coronario lleva a cabo la unión pura del alma humana con lo que sea que denominamos «Dios». «Si bien su centro, brillante como un rayo, es el último triángulo del yoni [el símbolo de la creación], en su interior, bien escondido y difícil de llegar a él, está el gran vacío resplandeciente al cual en secreto sirven todos los dioses.»

Aunque las energías del chacra coronario pueden crear nuevos símbolos y formas, el mismo chacra está más allá de todos los símbolos y formas existentes. Podemos experimentar su energía pura en espontáneas experiencias místicas de unidad y casi siempre se manifiesta en experiencias cercanas a la muerte. Dante describe una experiencia semejante en su *Paraíso*:

> Un solo momento es para mí más grande que el olvido,
> que los veinticinco siglos de afanes que llevaron a Neptuno
> a maravillarse ante la sombra de Argos.
> Así, mi mente totalmente extasiada
> mirada fijamente, inmóvil y concentrada,
> siempre con mirada madura y encendida
> siempre con creciente atención a esa Luz
> tan extraordinaria que es imposible
> que nadie consienta cambiarla por otra visión.[13]

LA NEUROLOGÍA Y LA FÍSICA DEL CENTRO

En el *Surangama Sutra*, Ananda, el principal discípulo de Buda, hace la siguiente pregunta: «Buda; mi señor, tú has hablado de la unidad y sustancia de la Esencia pura, misteriosa y eterna, pero no comprendo del todo. Tan pronto mis seis sentidos perciben esta realidad, aparece como compuesta de muchas emanaciones. ¿Cómo puede el Uno aparecer como tantos?» En respuesta, Buda saca un pañuelo y dice: «Ves, esto es un pañuelo. Ahora le haré seis nudos. Entonces tenemos seis nudos, pero aun así es un solo pañuelo.»[14]

Hasta fines del siglo XX, sólo este tipo de lenguaje describía la energía unificadora que se encuentra en el centro del ser y la existencia, pero no atraía a la mentalidad moderna. Hoy día, esos asuntos requieren respuestas «científicas», fenómenos cerebrales que podamos «pesar y medir», experimentos que podamos comprobar.

Desde el punto de vista neurológico, en el capítulo 4 vimos que la experiencia unificadora del cerebro emana de las sincrónicas oscilaciones neurales de 40 Hz que funcionan por todo el cerebro. Ellas proporcionan un «estanque» o «fondo» en el que las ondas más excitadas del cerebro pueden «ondular» a fin de generar la rica variedad de experiencias mentales conscientes y subconscientes. Estas oscilaciones son el «centro» del ser, la fuente neurológica de donde emerge el «yo». Representan el trasfondo neurológico de nuestra inteligencia espiritual unificadora, contextualizadora y transformadora. A través de dichas oscilaciones ponemos nuestra experiencia en el marco de significados y valores y determinamos el propósito de nuestra vida.

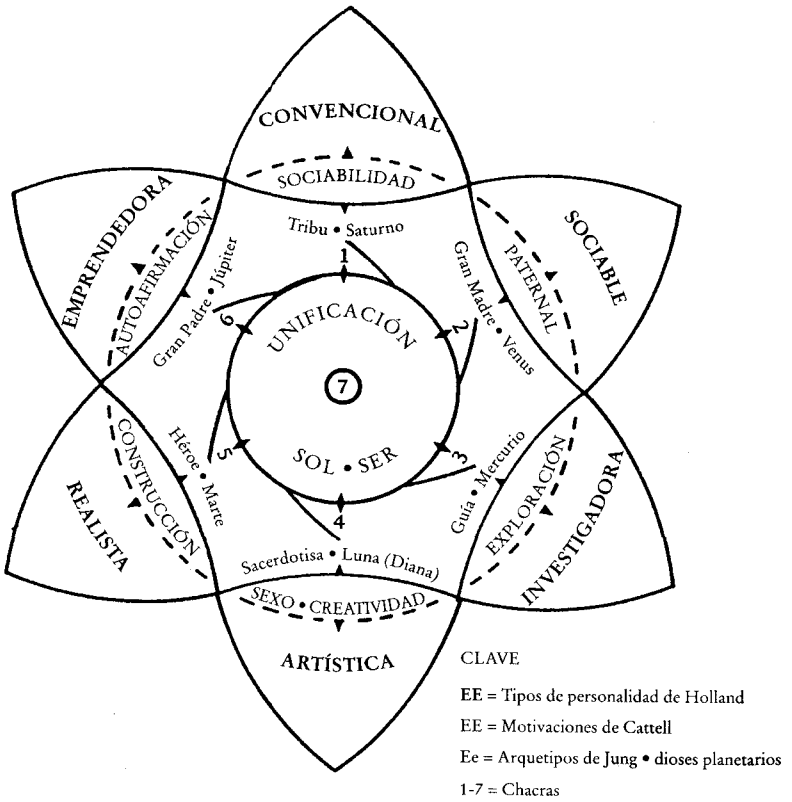
Son la fuente unificadora de la energía psíquica que corre por todas nuestras experiencias mentales.

La física que mejor describe el centro del cosmos es la teoría de los campos cuánticos, la adaptación de fines del siglo xx de la física cuántica. La teoría de los campos cuánticos describe todo lo existente como estados de energía dinámica y oscilatoria. Tú y yo, las sillas en que nos sentamos, los alimentos que comemos, todos son estados de esta energía. ¿Y sobre qué oscila esta energía? En el capítulo 4 hemos visto que el trasfondo de todo ser es un «océano» inmóvil de energía inactiva llamado vacío cuántico.

Este vacío es la versión científica del pañuelo de Buda, el Uno que, cuando se convierte en nudos (o se activa en muchos estados diferentes de energía), aparece como muchas manifestaciones. Todo cuanto existe se manifiesta como excitaciones del vacío cuántico, y ese vacío cuántico, por tanto, existe como el centro en el interior de todas las cosas. La energía del vacío subyace e impregna al cosmos. Como nosotros formamos parte del cosmos, la energía del vacío también nos subyace e impregna. Somos «olas» en el «océano» del vacío; ese vacío es el centro y la fuente del ser. En el diagrama del Loto del Ser, el vacío cuántico es el «lodo» donde crece el tallo del loto.

¿CÓMO USAMOS EL LOTO DEL SER?

El Loto del Ser es un mapa o mandala, una imagen de las capas de la psiquis humana desde la más exterior, la del ego racional pasando por el medio subconsciente asociativo hasta el centro con su transformadora energía psíquica. Cada pétalo, cada nivel de ego y tipo de personalidad, puede existir aislado de las otras cualidades del ego. Pero esto, tal como veremos en el capítulo 10, da como resultado una persona espiritualmente apagada. El ser espiritualmente inteligente requiere mayor integración. Los grandes científicos superan su campo de conocimientos específicos y utilizan su discernimiento para contribuir a la sabiduría filosófica o espiritual del gran contexto de la vida humana. Los grandes artistas superan su ego y llegan a los niveles míticos y subconscientes y se requiere que hagan contacto con el mismo centro para que sus creaciones posean auténtica vitalidad. De hecho, todos, si pretendemos ser espiritualmente inteligentes y hacer de nuestras vidas creaciones vitales, debemos tomar contacto con el centro. Esto lo veremos en detalle en los capítulos 10 y 11.



El Loto del Ser III

Quisiera terminar con unas palabras de Thomas Merton sobre el objetivo del mandala. No se me ocurre mejor expresión para el uso del mapa del Loto del Ser:

> ¿Cuál es el propósito del mandala? Se medita en el mandala a fin de poder controlar lo que sucede dentro de uno en vez de «estar controlado por lo que sucede». Al meditar en el mandala, uno puede construir y disolver las configuraciones interiores a voluntad. Uno medita no para «aprender» una doctrina religiosa, sino para convertirse en Buda coronado en nuestro propio centro.[15]

CUARTA PARTE

USAR LA INTELIGENCIA ESPIRITUAL

9

CÓMO NOS VOLVEMOS ESPIRITUALMENTE ATURDIDOS

Todo lo real está en el centro de la tierra. Pero si el centro de la tierra se topa con la superficie de la tierra, yo me puedo hacer pedazos.

RICHARD, un paciente esquizofrénico

En este capítulo definiremos cómo nos podemos fragmentar o romper psicológicamente o rompernos al estar espiritualmente enfermos o desconcertados. Por tanto, primero explicaremos lo que significa enfermedad espiritual.

El psicoanálisis freudiano se refiere a psicopatologías; es decir, modos en que la psique se desequilibra o se lesiona debido a furias, miedos, obsesiones, represiones, compulsiones, etc. Freud opinaba que estas patologías eran resultado de un desequilibrio entre el id, el ego y el superego, un desequilibrio entre el ego consciente y racional y las exigencias de un ámbito generalmente subconsciente. Los casos incluían a padres que no estimaban lo suficiente a sus hijos, esperaban demasiado de ellos o les enseñaban a reprimir sus instintos y, así, les provocaban problemas sexuales; además, los códigos morales de la sociedad aplastaban los instintos naturales.

La enfermedad espiritual y la reducción de IES son resultado de problemas relacionados con el centro profundo del ser. Son causados por estar apartado de las raíces nutrientes que trascienden el ego personal y la cultura asociativa y se extienden al mismo territorio del ser. Algunos la denominan «enfermedad existencial». A Jung le preocuparon mucho estas enfermedades espirituales o existenciales y señaló que cualquier neurosis «debe ser considerada en última instancia como un alma sufriente que aún no ha encontrado su propio senti-

do».[1] El irlandés Michael Kearney denomina «dolencia anímica» a esta clase de trastorno: «Se produce cuando un individuo se separa de o tiene conflictos con las partes más profundas de sí mismo. Y así como el contacto con el alma puede originar un sentido de totalidad y trascendencia, la dolencia anímica produce una experiencia de fragmentación, alienación y carencia de sentido.»[2] Kearney, que trabaja con desahuciados en un hospital de Dublín, afirma que la dolencia anímica está en la raíz y es la causa de numerosas enfermedades físicas.

Existen tres maneras de enfermar espiritualmente:

- no haber desarrollado ningún aspecto del ser,
- haber desarrollado en demasía y fuera de toda proporción algún aspecto o haberlo hecho de modo negativo o destructivo,
- carecer de relación o tenerla conflictiva entre los distintos aspectos del ser.

En el lenguaje de nuestro mapa del Loto del Ser, la enfermedad espiritual reside en algún pétalo alejado y separado de los demás pétalos (los aspectos de la personalidad), separado de o rodeado por la zona media (símbolos y mitologías comunes de la cultura apropiada) y, lo más importante, aislado de las fuerzas integradoras del centro vitalizador.

Una patología espiritual se manifiesta como las enfermedades que tratan la psicología y la psiquiatría predominantes (manías depresivas, adicciones, paranoia, etc.), pero la diferencia estriba en que nosotros atribuimos esas condiciones a problemas de significado y valor y a la consiguiente incapacidad de integrar y equilibrar la personalidad. Una patología espiritual también nos lleva a terrenos que normalmente no son tenidos en cuenta por la psicología y psiquiatría: la desesperación, el lado anulado u «oscuro» del ser, la posesión demoníaca y el mal.

La esquizofrenia es la enfermedad típica originada por problemas en el centro y un índice de inteligencia espiritual crónicamente bajo. El esquizofrénico no puede integrarse a sí mismo ni en su mundo. Sus experiencias, emociones y percepciones parecen fuera de contexto. Lo que los psiquiatras consideran componentes psicológicos de la esquizofrenia —los efectos del entorno, las relaciones, las reacciones y opciones personales— pueden ser mejor descritos, a mi entender, como componentes espirituales —la incapacidad del paciente esquizofrénico de ponerse en contacto y usar las energías revitalizantes e

integradoras del centro—. Richard se siente fascinado por el centro, pero al mismo tiempo le aterroriza que haga contacto con su «superficie», es decir, con su ego consciente. La historia de Richard ilustra perfectamente lo que significa la calidad espiritual de una vida humana y cómo esa vida puede resultar deteriorada por la carencia de inteligencia espiritual.

Richard tiene 35 años y en los últimos diez ha sufrido esporádicos ataques esquizofrénicos que lo incapacitan para afrontar las exigencias de la vida cotidiana. Entra en un aletargamiento y se pierde en conversaciones consigo mismo, duerme muy poco, extravía o regala el dinero o cualquier posesión, consigue amigos estrafalarios y a veces peligrosos y habla con un torrente de asociaciones disparatadas pero profundamente significativas.

Durante la infancia, su desarrollo emocional se vio severamente limitado. Abandonado por su madre, fue criado por unos padres adoptivos de extracción obrera que no pudieron ofrecerle los adecuados estímulos intelectuales que requería su alto índice de inteligencia racional. A los 14 años, presentó problemas de comportamiento y fue expulsado de la escuela. Fue a vivir con su padre y su madrastra, pero aunque el nuevo entorno era intelectualmente rico, también era emocionalmente inadecuado. Buscó refugio en los libros y en elucubraciones intelectuales.

Tras una brillante carrera universitaria, debió afrontar el reto de entrar en el mundo real y sufrió su primera crisis de esquizofrenia. Desde entonces ha vivido solo, hace trabajos secundarios y tiene pocos amigos.

El aspecto de su historia que más me interesa son las diferencias en su personalidad y sus capacidades según esté normal o no. Cuando está normal, es frío y poco emotivo y habla de temas intelectuales abstractos. Es perceptivo de los demás, pero de un modo despegado e insensible. Parece casi carente de personalidad. Aunque es sumamente atractivo, no rezuma ninguna energía sexual y da la sensación de no pertenecer a su cuerpo. Jamás habla de sentimientos.

Pero cuando sufre una crisis, su alto coeficiente de inteligencia racional no le sirve de mucho porque los ataques le disocian de su pensamiento racional, lógico y práctico. Sin embargo, el resto de su personalidad emerge dando lugar a una sorprendente inteligencia emocional. Transmite vitalidad y carisma. Todos sus pensamientos presentan una profunda capa arquetípica y están impregnados de un significado mayor; su intuición es aguda y expresa libremente sus

emociones y su vulnerabilidad. Desprende energía sexual y parece estar a gusto con su cuerpo. Se relaciona bien con los demás, se abre y se muestra intensamente simpático y de buen humor.

Si imaginamos el alma como un canal entre nuestra personalidad exterior y un mundo interior de mayor significado, podemos decir que el alma de Richard está rota. En palabras de R. D. Laing, se trata de un «ser dividido» entre su ego exterior sano y precario y una vida interior cálida, intuitiva y hondamente significativa a la que sólo tiene acceso por medio de la locura. Sólo en estado de locura está en contacto con su espíritu.

La historia de Richard ilustra dos patologías opuestas de lo espiritual, dos formas extremas en que los problemas de significado pueden enfermarnos. Cuando Richard está sano, queda totalmente fuera de contacto con su centro espiritual. No puede tomar contacto con su sentido existencial. Pero cuando está enfermo, es imbuido por ese sentido. Lo que necesita es una mezcla de ambos extremos.

NUESTRA ESQUIZOIDE SOCIEDAD

Muchos de nosotros somos como el lado «sano» de Richard, y nos encontramos aislados del significado o sentido por una especie de jaula de cristal. Contemplamos el mundo como actores que repiten un guión que no entienden del todo, hacemos un papel que no comprendemos ni podemos *sentir* de verdad. Es tal como me describió una ex alcohólica: «Era como estar en un vacío, en un sitio muerto, un espacio desolado. Me sentía separada de mí misma, de los demás y de Dios.»

Los personajes de Kafka poseen todos estas peculiaridades. En sus vidas de algún modo petrificadas, son como sonámbulos en un paisaje social y su incapacidad para darle sentido al mundo y a las cosas alcanza una proporción casi de pesadilla. La literatura y el pensamiento del siglo XX muestran incontables ejemplos de esta situación. Dan buena fe de ello la «náusea», la «alienación» y la «mala fe» de Sartre, la «enfermedad mortal» de Kierkegaard, la «caída» de Heidegger, el «extranjero» de Camus y hasta la «falsa conciencia de la burguesía» de Marx. Todos ellos describen un tipo de desconexión entre el ser y los demás. La gente mentalmente sana percibe estos fenómenos como síntomas habituales de la condición «esquizoide». En el capítulo 5 vimos que está relacionada con una mayor actividad en

los lóbulos temporales. El otro síntoma menos común de esta condición es como el lado demente de Richard. Se manifiesta en gente tan predispuesta a *formular* asociaciones libres de pensamiento que parece soñadora e indecisa, incapaz de seguir un camino concreto en la vida, extravagante o excéntrica en sus ideas y comportamiento, de algún modo inmersa en una vida interior impulsiva e irreal. Como también hemos visto, estas características a menudo están relacionadas con la creatividad.

Nuestra sociedad es esquizoide porque sus problemas tienen que ver con la ausencia de sentido y significado. La mayoría de los psiquiatras y psicólogos que estudian los rasgos esquizoides de la personalidad señalan que fueron mucho más comunes en el siglo XX que antes y que, por cierto, son *característicos* de la vida actual.

A mediados del siglo XX, el psicólogo Rollo May escribió que la mayoría de sus pacientes sufrían desórdenes esquizoides de la personalidad. Según él, se trataba de la enfermedad de nuestro tiempo. Viktor Frankl, al describir ese estado como un «vacío existencial», lo relaciona con la omnipresente sensación de aburrimiento en nuestra cultura, en especial entre los jóvenes. «Un reciente estudio estadístico —escribe— reveló que entre mis estudiantes europeos, una cuarta parte mostraba una incidencia más o menos marcada de vacío existencial. Entre mis estudiantes americanos, el resultado fue del 60 por ciento.»[3]

El estudio de Frankl fue realizado a fines de los años cincuenta. En el capítulo 5 vimos que los estudios psiquiátricos de finales de los noventa indicaban que el 60-70 por ciento de la población de los países desarrollados sufría algún tipo de desorientación esquizoide. Incluían a un gran número de personas que veían a su médico de cabecera por depresión, fatiga, desórdenes alimenticios, estrés y adicciones: las «enfermedades del sentido», aunque en algunos casos estos males son síntomas de enfermedades mentales graves. Si establecemos vínculos entre el estrés y las enfermedades cardíacas y el cáncer, las enfermedades mentales y emocionales conforman la gran mayoría de las razones por las que la gente occidental consulta hoy día a su médico. Colectivamente, predominan entre los presos por delitos asociados con desórdenes de la personalidad.

Como cultura estamos enloqueciendo. ¿Por qué? Creemos que principalmente debido a razones espirituales, a que nuestra inestabilidad mental personal y colectiva responde a una forma especial de alienación del centro, del sentido, de los valores y los propósitos,

una alienación de las raíces y fundamentos de nuestra misma humanidad.

LOS TRES NIVELES DE LA ALIENACIÓN ESPIRITUAL

En el Loto del Ser hemos visto que hay tres niveles básicos del ser. Los tres tienen un papel en el todo psíquico. Pero en cada uno de esos niveles siempre puede producirse algún tipo de alienación del centro integrador que nos deja espiritualmente debilitados.

En la cultura moderna occidental, la forma más común de debilidad espiritual es resultado de que la capa exageradamente crecida de nuestro ego queda separada de las capas medias o centrales. Somos demasiado racionales, demasiado conscientes de nosotros mismos, demasiado proclives a juegos y poses. Estamos demasiado alejados de nuestro cuerpo y sus energías, de nuestros sueños y de las fuentes profundas de nuestra imaginación. Por lo general, esto arroja como resultado una notable caída de la inteligencia espiritual. Puede dominarnos la ira, el miedo, la codicia o la envidia. Perdemos el equilibrio y no podemos controlar los desequilibrios de los demás. Pero también perdemos contacto con nuestra inteligencia espiritual. El hecho de ser proclives a juegos y poses significa que preferimos desempeñar ciertos papeles y, por tanto, sólo vivimos una pequeña parte de nosotros mismos. Si bien tenemos el potencial de desarrollar algo de los seis tipos de personalidad que poseemos, nos ceñimos a un solo guión: nos obsesionamos con el poder, dependemos de las convenciones, nos preocupamos por los detalles, nos entregamos a la rebelión, etc.

Cuando nuestro coeficiente de inteligencia espiritual es alto y estamos en contacto con la totalidad, nuestras personalidades insinúan un poco del líder, un poco del artista, un poco del intelectual, un poco del aventurero, un poco del padre protector. Nuestras imaginaciones se disparan tanto con Marte como con Venus, Mercurio y Saturno. Tenemos algo de masculino y algo de femenino, de la niñez y de la sabiduría. Cuando nuestro coeficiente de inteligencia espiritual es bajo, nos convertimos en caricaturas de nosotros mismos y nuestras emociones se convierten en caricaturas de una sana reacción humana. Nuestras mismas reacciones se vuelven limitadas y fragmentarias.

Tipo de personalidad	*Reacciones normales*	*Reacciones perturbadas o fragmentadas*
Convencional	Integración en el grupo	Lealtad ciega al grupo (fanatismo)
	Distanciamiento del grupo	Ruptura con el grupo (narcisismo)
Social	Empatía con el grupo	Adicción, masoquismo
	Antipatía con la gente	Incapacidad sociopática a sentir por los demás, sadismo
Investigadora	Exploración de problemas o situaciones	Obsesiones
	Alejamiento de problemas o situaciones	Histeria o reacción fóbica, represión
Artística	Alegría por la creación o el logro, celebración	Manía o euforia fuera de lugar
	Tristeza por no haber logrado el objetivo, duelo	Depresión
Realista	Totalidad, espontaneidad, centrismo	Autoindulgencia
	Vergüenza, complejo de inferioridad	Sensación degradada de inferioridad, odio a sí mismo
Emprendedora	Arrogación de responsabilidades y de liderazgo, lealtad a un ideal	Mal uso del poder, grandiosidad
	Sensación de desmoralización, dejación de responsabilidad, negación de la situación	Autodestrucción, paranoia, proyección

Para cada uno de los seis principales tipos de personalidad que vimos en la capa del ego en el Loto del Ser (véase página 155), hay dos reacciones emocionales sanas o normales ante la gente, las situaciones o acontecimientos, y dos reacciones perturbadas o fragmentadas.

La personalidad convencional (secretarias, contables, administrativos, informáticos, etc.) se siente atraída por mantener una buena relación normal con su grupo o alejarse de él. Pero cuando el ego se distancia de las capas del medio y del centro, estas reacciones pueden convertirse en ciega lealtad al grupo o en un narcisista desinterés en el mismo. Tanto el fanatismo como el narcisismo son respuestas espiritualmente enfermizas.

La personalidad social (maestros, terapeutas, asesores, directivos, etc.) se encuentra dividida entre la reacción sana de empatía o afecto por la gente y sentimientos de cierta antipatía. Ambos son normales y bastante saludables, según las circunstancias. Pero cuando el ego se separa de las capas profundas del ser, la empatía puede convertirse en autosacrificio masoquista y una simple antipatía en sadismo o incapacidad sociopática en sentir algo por los demás. Tanto la adicción como la reacción sociopática son respuestas espiritualmente enfermizas.

La personalidad investigadora (intelectuales profesionales, académicos, científicos, médicos, etc.) experimenta un sano impulso de involucrarse en los problemas y situaciones o lo opuesto, escapar de problemas y situaciones. Pero en una forma perturbada, el compromiso puede devenir obsesión, y una mera retirada puede acabar en histeria, represión completa o reacciones fóbicas. Tanto la obsesión como la histeria (o la fobia) son respuestas espiritualmente enfermizas; es decir, negativas.

La personalidad artística (escritores, poetas, músicos, pintores, decoradores de interiores, etc.) puede moverse entre la reacción normal de celebración o alegre sensación de éxito o creación, y otra de duelo, un sentimiento sombrío de no haber logrado el objetivo. Pero cuando estas reacciones normales se alejan del medio o del centro del ser se convierten en manías, en desmesuradas sensaciones de euforia y en una impresión irreal y falsa de éxito. Por otro lado, el duelo puede dar pie a la depresión, a un fracaso exagerado y a veces trágico en hallar cualquier placer o bondad en una situación, relación o proyecto. La manía depresiva, la otra cara de estas reacciones perturbadas, presenta niveles anormalmente altos en el tipo creativo. Se trata de una condición espiritualmente enfermiza porque priva de perspectiva, contexto y, por tanto, de totalidad.

La personalidad realista (conductores de coches, pilotos, granjeros, etc.) suele situarse entre la reacción positiva de espontaneidad y la negativa de vergüenza. Pero cuando estas reacciones se tuercen, la espontaneidad puede convertirse en autoindulgencia y la vergüenza degenerar en odio a sí mismo. Ambas anulan el sentido de perspectiva y totalidad y son espiritualmente enfermizas.

La personalidad emprendedora (políticos, empresarios, policías, militares, etc.) experimenta la reacción positiva de asumir responsabilidades y liderazgo y ser leal al ideal. Si la reacción es negativa, pero aún dentro de lo normal, pueden sentirse desmoralizados y hacer abandono de responsabilidades, pero cuando el ego de este tipo orientado al poder se distancia de sus capas más profundas, todas las cualidades positivas de liderazgo pueden degenerar en manías de grandeza y abuso de poder. Del mismo modo, la experiencia de abandono de responsabilidades puede degenerar en paranoia y sentirse traicionado por todos.

La razón de las reacciones enfermizas es la alienación de una parte de uno mismo, como cuando dos amigos se enemistan. El «mí mismo» contiene de hecho una serie de subpersonalidades, tal como reconocen la gran mayoría de los terapeutas: el ego, superego e id de Freud, los complejos y los arquetipos de Jung, etc.

Nadie es la misma persona en el trabajo, con amigos íntimos o en una reunión social, ni tendría sentido que lo fuera. Nuestros sueños son un torrente inconmensurable de subpersonalidades. Un estado sano representa estar en términos amistosos con todas las partes de uno mismo de modo que no se destruyan entre sí y uno pueda moverse fácilmente entre una y otra según las circunstancias. Pero algunas subpersonalidades pueden ser enemigos implacables, y otras pueden resultar difíciles de encontrar, creando así «agujeros» en la personalidad. Estos hechos representan serias amenazas al crecimiento y la unidad de la persona.

LA POSESIÓN DEMONÍACA, EL MAL Y LA DESESPERACIÓN

Tal como hemos visto, la alienación puede tomar muchas formas y provocar diversas enfermedades mentales. Las que se han citado son frecuentes en la psiquiatría occidental aunque esta no las atribuya a causas espirituales. Esto se debe a que son fruto principalmente de problemas de egos fragmentados y la psicología y la psiquiatría están orientadas al ego.

Sin embargo, existen tres estados de alienación exclusivamente espirituales que siempre han estado fuera del ámbito de la psicología

y la psiquiatría. La posesión demoníaca, el mal y la desesperación son básicamente temas literarios o religiosos, aunque algunos psicólogos como Jung, Viktor Frankl y R. D. Laing hayan intentado estudiarlos. Quien intente comprender las atrocidades y calamidades del siglo XX tiene que afrontarlos por más difícil que resulte. Son condiciones que superan la escala de lo normal y se sitúan en el ámbito de lo absurdo. Existen en ese territorio excurridizo donde se encuentran la psicología y la espiritualidad.

En las últimas páginas de *El corazón de las tinieblas* de Joseph Conrad, el antihéroe Kurtz lanza estas palabras desgarradoras: «¡El horror! ¡El horror!» Kurtz es un mercader europeo que viaja a la selva africana y acaba siendo más nativo que los nativos. Cuando lo encuentra la expedición enviada en su búsqueda para rescatarlo de las fiebres y de sí mismo, él está presidiendo una bestial ceremonia de sadismo y violencia, sentado en medio de nativos que tocan tambores y blanden estacas con cabezas clavadas en las puntas alrededor de una fogata. Resuenan lúgubres alaridos. Kurtz es un ser poseído. Un semidiós a los ojos de los nativos, se ha vuelto un extraño para sí mismo. Tiene los ojos vidriosos, el cuerpo casi rígido, la atención fija en un punto distante, la mente subyugada por una llamada que está más allá de él mismo. No se trata de un hombre que participa en un ritual primitivo: Kurtz está inmerso en un drama interior del que no tiene escapatoria. El ritual ha cobrado vida propia en su interior y, por tanto, le ha arrebatado la vida.

La historia humana está llena de historias de posesiones, narraciones de chamanes y curanderos absorben las desgracias o enfermedades de sus semejantes y son luego transportados a otros planos del ser, relatos de fanáticos religiosos que oyen voces en el desierto o se arrodillan sobre zarzas ardiendo. Y hay versiones más tenebrosas de jóvenes poseídas por brujos, de cuerpos judíos habitados por el alma de los muertos, de cristianos poseídos por el mal y de budistas tibetanos dominados por demonios. En todos los casos, el «poseído» es llevado por algo fuera de su control.

Muchas historias de posesión del siglo XX son como la de Kurtz; es decir, de personas entregadas a rituales sádicos o satánicos. Algunas son más mundanas: el alcohólico que simplemente no puede controlar su adicción porque le mueve un dolor o una necesidad profunda y psicológica; un dolor que supera cualquier dolor físico, un dolor que erróneamente promete «alíviame y te sentirás mejor»; la persona que es «llamada», obligada, y se lanza sin control a tétricos,

anormales o prohibidos rituales sexuales que superan su propia conciencia y la escala de su comportamiento o carácter normal; o la persona que de vez en cuando necesita aventurarse en el «lado oscuro» de la vida y frecuentar antros o burdeles o comprometerse en asuntos ilícitos y correr riesgos autodestructivos.

La posesión es como la adicción, pero va más allá. Se es adicto a una sustancia o un comportamiento: alcohol, drogas, sexo, juego, consumo. La posesión está motivada por una fuerza que impone a una persona, contra su propia voluntad, obedecer algo fuera de su control. La posesión parece arquetípica, pero sometida a un arquetipo que ha soltado amarras de su centro. Decir que el poseído está dominado por demonios significa que está en manos de fuerzas psíquicas caóticas.

Para el creyente religioso que busca a Dios, la voz que suena en el desierto es la de un ángel. La voz sale del centro. Está arraigada en lo divino y en algo que da un sentido positivo a la vida del creyente. Para el esquizofrénico que ha perdido todo contacto con el centro, la voz que en la cocina le dice que coja un cuchillo es la de un demonio. Esa voz está desconectada, descentrada y plena de anárquica energía psíquica. La voz que le exige beber a un alcohólico o cometer actos sexuales destructivos a una persona normal o incluso seguir a un líder maligno como Hitler a todo un pueblo, es la voz de un demonio que acosa a una psique a la deriva.

Según la física del siglo XX, los arquetipos son probablemente pautas de la energía psíquica conocida como «atractores extraños», o sea, pautas de energía que nos atraen a sus campos. Cuando el campo está en el centro, el arquetipo nos hace más grandes que nuestros egos y nos proporciona pautas para vivir. Cuando el arquetipo es caótico, nos causa quedarnos sin control y ser poseídos por fuerzas ingobernables.

Jung no lo dijo, pero sospecho que cualquier arquetipo —el Gran Padre, la Gran Madre, el Amante, el Guerrero, el Niño, la Sacerdotisa, etc.— que corta las amarras con su centro, cae bajo el influjo del arquetipo de la Sombra. La Sombra es el lado oscuro, detestado e inaceptable de cualquier personalidad, el lado funesto que todos tenemos. La Sombra consiste en todo lo rechazable elevado al poder de una energía arquetípica que puede ser la expresión anárquica de cualquier arquetipo. Cuando nos atrapa, estamos poseídos: somos llamados, empujados y transportados por una poderosa energía que no podemos controlar y que en sí misma está fuera de control.

De hecho, la «llamada» a la posesión es una invocación errónea a la totalidad. La caótica energía arquetípica que nos reclama cuando estamos posesos representa los lados oscuros y negativos de nosotros mismos. La posesión es una búsqueda dolorosa de aquellas partes perdidas o destrozadas de nosotros mismos. Pero se trata de una llamada equivocada porque la posesión es energía arquetípica no arraigada, o sea, energía separada del centro. Y sólo las energías afirmadas en el centro pueden verdaderamente convertirnos en un todo.

El mal es una energía arquetípica fuera de control. En este caso, el arquetipo definitivo es el Demonio. El Demonio, el más amado de los ángeles que por orgullo rechaza el paraíso (el centro), gobierna el reino de lo que denominamos el mal. El Demonio es la energía negativa, desconectada y arquetípica por excelencia, pero ¿es el mal en sí mismo? ¿Puede alguien ser realmente malo o alguna gente ha caído en las garras del mal? ¿Alguien nace malo, se convierte en malo, o el mal no es más que la forma más intensa de la posesión?

A fines de los años noventa, visité una cárcel de máxima seguridad a fin de escribir un artículo periodístico sobre un experimento de terapia de grupo para criminales sexuales violentos.

Cuando entré por primera vez en la sala en que había cuarenta y cinco depravados sexuales, experimenté náuseas y dolor de cabeza. El grupo incluía a violadores en serie y pedófilos. Reconocí a un notorio asesino en serie por las fotografías publicadas en los periódicos. La primera impresión me confirmó lo peor que había supuesto sobre semejantes individuos. La mayoría parecía de muy bajo coeficiente intelectual; sus facciones eran distorsionadas o retorcidas y algunos tenían los cráneos con malformaciones. Sólo estaban presentes dos guardias y el terapeuta. Yo era la única mujer. La sensación palpable del mal y su amenaza en la sala me hicieron querer huir. Sin embargo, estos monstruos aparentemente subhumanos me enseñaron mucho sobre lo que significa ser humano.

El concepto de grupo de diálogo es un medio para que la gente aprenda a hablar entre sí y llegar a conocerse a sí mismo y a los demás. Reinventado en los años cuarenta por la psicología de grupo, su origen data de los tiempos de la antigua Grecia y del uso socrático de preguntas y discusiones para desenmascarar estereotipos y supersticiones. Sócrates creía que esta técnica podía ayudarnos a «encontrar conocimientos latentes hasta en los más ignorantes y descubrir lo bueno que existe en todo hombre».

Los presos estaban irritados y frustrados y su vocabulario prácticamente se limitaba a unas cuantas palabrotas. No obstante, durante la sesión de tres horas, muchos de ellos encontraron su propia voz. Hablaron de su sensación de aislamiento total. «Todos piensan que no somos más que basura. *Somos* basura, sí, pero no *sólo* basura.» Algunos hablaron de su culpa y de su destrozada autoestima cuando se vieron obligados a afrontar el sufrimiento de las víctimas. Otros parecían desconcertados, como si no comprendieran del todo lo que habían hecho ni por qué estaban en prisión. El dolor colectivo en aquella sala era intenso. Muchos habían sufrido abusos cuando niños o habían sido abandonados, y hablaron de ello. Su furia era un llamamiento a ser reconocidos como seres humanos. Al tener posibilidad de expresarse, lograban que se vislumbrara alguna cualidad humana básica, algo que era irresistiblemente atractivo.

Un guardia me comentó que hasta entonces no había querido ni ver a esos individuos, «pero ahora, después de haber observado este grupo, no me disgustará hablar con ellos». Mi propia reacción fue incluso más fuerte. Muchos de esos reclusos me habían hablado bastante. La mayoría de sus crímenes había sido contra mujeres o niños y ellos me dieron la impresión de necesitarme para ver, más allá de sus crímenes, lo que eran ellos mismos. La experiencia fue una de las más intensas de mi vida y me dejó con una inquietante sensación: no existe ninguna persona mala *per se*, sino que cualquiera es capaz de maldad. Se trata de un potencial humano, el potencial extremo de un ser fragmentado, descentrado y espiritualmente enfermo.

La fuerza integradora y vital del centro está presente en todo ser vivo, en especial en los seres humanos debido a la naturaleza de nuestra conciencia. Muchos ignoramos nuestra relación con el centro, ignoramos que la totalidad de la realidad universal habita en nuestro interior. Muchos vivimos desconectados de esta realidad, pero siempre está allí aunque nos resulte inalcanzable.

Cada uno de nosotros es una cacofonía de subseres que se relacionan como los miembros de una familia disfuncional. Poseemos un *yo* dominante que identificamos con nuestra persona, pero la presencia reprimida de los demás nos acosa y a veces nos abruma. El mal es algo real, una fuerza que puede actuar en nuestro interior y que puede aniquilarnos. Hay maldades de consecuencias horriblemente espantosas, pero el mal en sí es una forma de posesión, una falta de respuesta a una realidad más profunda que anida en nosotros mismos. No hay gente mala sino gente poseída por el mal.

En yidis, Demonio es *Shitan*. Literalmente significa «sin respues-

ta», «el que no puede responder». Según la mitología bíblica del Demonio, su orgullo era tan inmenso que no podía responder a Dios —no podía amar a Dios— y, por tanto, no podía formar parte del reino de Dios. Lo sorprendente de la posesión en general y del mal en particular es la incapacidad del poseso para responder a una realidad más amplia y a la gente que le rodea. El psicópata sádico no responde a los ruegos o sufrimientos de su víctima; no se identifica con ella como un semejante. Los nazis llamaban «cerdos» a los judíos y «degenerados» a los artistas que asesinaban. En Vietnam los soldados americanos responsables de matanzas llamaban «porquería amarilla» a sus víctimas. El mal sólo es posible cuando se comete contra «el otro», contra quienes sentimos que no hay que responder.

La etimología latina de la palabra «respuesta» es la misma que la de «espontaneidad». En el idioma cotidiano no se distingue entre ser espontáneo o impulsivo o actuar sin motivo. Pero ese no es el significado original. Si pensamos en la espontaneidad como una respuesta al centro —de nosotros mismos, de los otros y de la misma existencia universal—, entonces ser espontáneo es equivalente a estar en estado de gracia, en un estado de profunda conexión. El ser humano espontáneo se vincula con los demás como las olas del mar. Está relacionado con el mar como la ola al agua de la que sólo es forma. El rabino místico del siglo XX Abraham Heschel define la espontaneidad como «esos momentos de intimidad durante la comunión del ser con la realidad».[4]

La atrofia espiritual es un estado carente de espontaneidad y, por tanto, de escasa respuesta al centro. Nuestros egos quedan atrapados por juegos, poses y pretensiones. Nos comportamos con afectación, nos preocupan las formas y las apariencias y casi nos cerramos a lo que importa de verdad. Quedamos atrapados en un «pétalo del loto». Cuando se nos desconectan las energías arquetípicas del centro, nuestra falta de espontaneidad nos deja indefensos ante las fuerzas de la posesión y el mal. Y cuando nuestra espontaneidad es tan pobre que ya no podemos responder ni siquiera a una energía psíquica atrapada o distorsionada, caemos en la desesperación.

La desesperación era lo que el filósofo danés Kierkegaard denominó la «enfermedad mortal». Se trata de la abdicación definitiva ante la vida, una especie de acto unilateral de casi suicidio. El desesperado se ha rendido, no puede encontrarle sentido a la vida ni tiene persona alguna o cosa de valor a la que responder. Sus días son una monótona sucesión de lo mismo y sus noches a menudo son escenario de contenido terror. Le acosa la muerte, la falta de vida, la privación de respuestas a cualquier cosa viva. Le aterra lo que le sucede, siente pánico y, sin embargo, como una persona aturdida en el borde del precipicio, se siente atraída por el abismo, dispuesta a saltar. El suicidio es el acto definitivo de la desesperación, la rendición absoluta ante la falta de sentido. Es la pérdida total de espontaneidad.

En la sociedad moderna, los suicidios o los intentos de suicidio se han convertido casi en una epidemia, en especial entre los jóvenes. Un artículo del *Sunday Times* londinense de finales de los noventa, informó que un 22 por ciento de las chicas entre los 16 y los 25 años intentan suicidarse, y el 16 por ciento de los varones. Las estadísticas de los varones eran más bajas simplemente porque ellos pueden obtener éxito con más frecuencia que las mujeres. Algunos de estos jóvenes intentaban suicidarse porque no le hallaban sentido a sus vidas. Otros, porque habían perdido toda perspectiva: una mala relación sentimental o unos malos resultados en los exámenes les habían parecido el fin del mundo. Todo esto es señal de poca inteligencia espiritual: la incapacidad de ver más allá del momento o de poner las cosas en un contexto más amplio de sentido y valor.

La desesperación que nos arrastra al suicidio es la forma más profunda de enfermedad espiritual. Representa la negación del espíritu. Pero todas las formas y niveles de estar espiritualmente enfermo nos causan dolor y a menudo hacen que causemos dolor a los demás. Significa que hemos perdido algún grado de la espontaneidad que nos hace humanos y parte de nuestra capacidad para responder a la vida y a quienes nos rodean. En última instancia, esta pérdida de espontaneidad y de respuesta daña nuestra capacidad de asumir la responsabilidad de nuestras vidas y actos. La falta de inteligencia nos incapacita para resolver problemas racionales; una inteligencia emocional pobre nos hace comportarnos como extranjeros en las situaciones en que nos encontramos, pero una IES baja arruina nuestro ser. ¿Cómo podemos curarnos? Si una elevada inteligencia espiritual es un potencial de todo ser humano, ¿cómo podemos acceder a ella? ¿Qué quiere decir vivir del centro, vivir con espontaneidad total y, por ende, con respuestas profundas? ¿Cómo puede ayudarnos nuestro coeficiente espiritual a abandonar los juegos y las pretensiones, a liberarnos de las compulsiones y a superar nuestro potencial negativo de maldad y desesperación? Estas son las cuestiones que analizaremos a continuación, cuando nos preguntemos cómo curarnos mediante la inteligencia espiritual.

10

CURÁNDONOS CON LA IES

> El recogimiento me hace estar presente en mí mismo al unir dos aspectos o actividades de mi ser como si fueran dos lentes de un telescopio. Una es la apariencia básica de mi ser espiritual, el alma interior, la voluntad profunda, la inteligencia espiritual. La otra es mi alma exterior, la voluntad comprometida con las actividades de la vida.
>
> Padre THOMAS MERTON[1]

El recogimiento es uno de los tres elementos claves de la oración cristiana monástica. Tal como lo describe Thomas Merton, el recogimiento es la unión de nuestros mundos interior y exterior, el punto de encuentro del ser interior y profundo, su sabiduría innata o inteligencia espiritual, con el ego exterior y sus preocupaciones, estrategias y actividades mundanas. Ya hemos visto que el alma no es más que este canal, o aún mejor, este diálogo de lo interior con lo exterior, la comunión espontánea de la mente consciente y racional con su centro y con el centro de todo ser.

Cuando se rompe este canal o diálogo, como en el caso de Richard, también se quiebra el alma. Quedamos fragmentados y espiritualmente enfermos. Cuando la visión y la energía fluyen libremente en este canal del interior al exterior, como en el caso del tenor georgiano del capítulo 2, el alma puede curarnos y acaso también a quienes han tenido contacto con nosotros. Estamos centrados, enteros. Nuestra IES (las coherentes oscilaciones neurales de 40 Hz del cerebro) está en funcionamiento para unir todos los niveles del ser.

La enfermedad espiritual es un estado de desintegración, en especial del centro del ser. La salud espiritual es un estado de totalidad centrada. La inteligencia espiritual es el medio con que podemos mo-

vernos de uno a otro; o sea, el medio con que podemos curarnos. Y el recogimiento, el vehículo de la inteligencia espiritual, significa literalmente «recoger», «reunir» o «acoplar» las piezas fragmentadas de nosotros mismos.

En *The Soul's Code*, el psicólogo junguiano James Hillman presenta su «teoría de la bellota». No somos, afirma, un mero resultado de la combinación de genética, entorno y crianza. Cada uno de nosotros tiene un destino único desde el momento en que nacemos. «Cada persona porta una singularidad que pide ser vivida y que ya está programada con anterioridad a ser vivida.»[2] Este atributo original es una totalidad original y, según Hillman, nuestro destino es asumirlo y vivirlo.

Cuando niños, empezamos el viaje por la vida en total fusión con el entorno. Tal como sostienen los psicólogos y psicoterapeutas, el niño forma su ser y su mundo en relación especialmente con su madre y el entorno familiar. Este entorno es el marco de referencias del infante. Posee inteligencia espiritual y necesidad de buscar contextos más amplios, pero en esa etapa no puede probar una situación determinada que pueda proporcionarle ese contexto. Si la madre es una persona fragmentada, o si la familia es un sistema fragmentado, ese niño crecerá en un estado de fragmentación. Su propia espontaneidad («inocencia») funciona en su contra y contra su totalidad original mientras intenta adaptarse a su familia fragmentada. Un niño con un padre violento y sádico identifica como amor ese sadismo violento. Lo buscará más adelante y posiblemente él mismo llegue a abusar de sus propios hijos. Un niño con una madre fría y distante identifica estas cualidades como amor y tratará de reforzarlas en sus relaciones de la vida adulta.

Cuando recogemos nuestras experiencias ya más avanzada la vida, lo hacemos desde la perspectiva de un marco de referencias más amplio. Ahora podemos situar la experiencia infantil en el contexto de la vida y las experiencias de un adolescente o un adulto. Y si se trata de una experiencia debida a nuestro condicionamiento cultural, ahora tenemos la madurez necesaria para distanciarnos de esa cultura. La IES permite ver que ciertas pautas de reacciones, relaciones o comportamientos acarrean consecuencias indeseadas. Así es cómo crecen y se transforman tanto los individuos como las culturas. Es una de las dinámicas que sustentan cualquier buena psicoterapia. Asimismo, representa un ingrediente esencial de la meditación y la oración.

El recogimiento no es un mero recordar. Es recordar desde un nuevo marco de referencias. Es una oportunidad de reescribir la historia familiar dándole un diferente desenlace, de recuperar el ser original (la bellota) y de reinventar el ser maduro y su cultura. El recogimiento es IES en acción.

EL RECOGIMIENTO EN TIEMPOS DE CRISIS ESPIRITUAL

¿Cómo llegamos al recogimiento? ¿Por qué o cuándo nuestra IES nos sumerge en él? Muchos de nosotros estamos espiritualmente enfermos en algún grado; algún grado de fragmentación personal es casi inevitable en nuestra moderna sociedad dominada por el ego. No obstante, nuestro ser profundo siempre está allí. La IES es una capacidad innata del cerebro humano y no tenemos que ser héroes espirituales para oír su llamada. El alma siempre es capaz de recogimiento. Como dice el rabino Heschel, «En nosotros hay una soledad que oye. Cuando el alma se distancia del ego y de su séquito de vanas presunciones; cuando dejamos de explotar todas las cosas y nos ponemos a rezar con el grito del mundo, el suspiro del mundo, nuestra soledad puede oír la gracia viviente más allá de todo poder».[3] Esa soledad puede ser provocada por experiencias como los sueños, el uso creativo del sufrimiento o la muerte de un ser querido. Puede ser despertada porque cesan de funcionar las estrategias del ego con que hemos lidiado toda la vida. De repente cede el pegamento que une nuestras partes fragmentadas. Cuando oímos su llamada, se produce una crisis espiritual.

En una crisis espiritual se pone en cuestionamiento todo el sentido y quizá todos los valores de nuestra vida. Podemos estresarnos o deprimirnos, buscar refugio temporal en drogas o alcohol, volvernos aletargados o disfuncionales o incluso enloquecer. Esas crisis son siempre dolorosas, pero si se las afronta con coraje y se las *utiliza*, pueden ofrecer una oportunidad de recogimiento y la consiguiente cura y transformación del ser.

En el trasfondo de este libro hay una historia personal que puede ayudarnos a dar un buen ejemplo de a qué me refiero con crisis espiritual y con búsqueda de la gracia del recogimiento y la inteligencia espiritual para curarse y crecer. Aunque resulte doloroso y a veces arriesgado que una autora comparta las experiencias personales que

dieron pie al texto, las ofrezco aquí por la luz que pueden proyectar en el proceso que estoy intentando describir.

Concebí la idea de este libro un año antes de sentirme capaz de empezar a escribirlo. Mi *annus horribilis* empezó justo después de que en compañía de mi familia empezara unas vacaciones en Katmandú. Hacía meses que viajaba dando conferencias y me sentía agotada mental y emocionalmente. De noche, mientras mi familia dormía tranquilamente, no conciliaba el sueño y sentía ardores y dolores en el estómago. Cuando finalmente me dormía, noche tras noche experimentaba sueños perturbadores de estar atrapada en la situación familiar de mi infancia. Poco después empecé a sufrir un insomnio que duraría meses. Cuando regresamos a Inglaterra, traté en vano de ponerme a escribir.

Los meses siguientes fueron más de lo mismo: insomnio nocturno y sueños angustiosos siempre centrados en mi infancia. Durante el día dormía de doce a dieciséis horas. Cuando estaba despierta, me sentaba en la sala en penumbra y con las cortinas bajas y bebía sin parar.

Mientras estaba inmóvil en casa, el editor vendía mi nuevo libro en diversos países. Las expectaciones de varios editores aumentaban día a día. «¿Cómo va ese libro?», me preguntaban. Yo estaba desesperada y al final decidí consultar a un terapeuta. Juntos descifraríamos lo que intentaban decirme esos sueños de la infancia y la sensación de ardor estomacal.

Como he mencionado anteriormente, mi padre era un ferroviario polaco, ignorante y alcohólico; mi madre, una profesora de clásicas muy culta que abusaba de las drogas. Había mucha violencia entre la pareja y se divorciaron antes de que yo cumpliera cinco años. A partir de ese momento se me instó a que desistiera de ver a mi padre. Era la «sombra» de la familia, algo para ser reprimido y olvidado. Cuando sacaba buenas notas en la escuela, ganaba premios y me iba bien en la universidad, era la buena hija de mi madre. «Te quiero porque eres una ganadora», me repetía. Cuando hacía algo mal, fallaba en algo o me comportaba torpemente de adolescente, yo era la «pequeña Loganinsky», una forma envilecida del apellido de mi padre y un recordatorio de que por mis venas corría sangre polaca. Siempre traté de ser una buena chica. Nunca vi a mi padre, pocas veces pensé conscientemente en él.

De adulta, empecé a tener éxitos como escritora. Después de varias publicaciones en *The Quantum Self* y otras revistas, me convertí

en una figura internacional a pequeña escala, asiduamente invitada a dar conferencias y entrevistas. Al igual que mi madre, me hice una «profesora». Sin embargo, a medida que aumentaban las loas y las exigencias, también lo hacía una creciente sensación de ser un fraude, de ser «mala» interiormente, de esconder un bebé pútrido, oscuro y nauseabundo en el centro de mi ser. Cuanto mejor acogida tenían mis conferencias, más depresión sentía a posteriori. Después del suicidio de mi madre, ningún halago aliviaba esa depresión. Todo esto hizo eclosión en Katmandú cuando algo se rompió en mi interior y lo único que podía decir era «No quiero seguir haciendo el papel de mi madre nunca más». Llegué a detestar ser «profesora» y, pese a mi voluntad consciente, flirteé abiertamente con la autodestrucción.

Tras meses de semejante inmovilidad, fuimos de vacaciones a Grecia, donde tuve un sueño capital. En este sueño, yo, de adulta, decidía visitar a mi padre. Él vivía con tres arpías que trataron de impedirme el paso diciendo que la visita no era conveniente. Era evidente que las tres estaban ebrias y que mi padre estaba arriba durmiendo la mona. Dije que todo eso estaba bien porque yo también tenía un problema de alcoholismo y lo comprendía. Mi padre bajó las escaleras a saludarme con la cara hinchada por el sueño y el alcohol. Me gustó de inmediato y él se alegró de verme. Acordamos vernos de tanto en tanto y él me acompañó hasta la puerta. Pero ya en la puerta, dos policías me preguntaron: «¿Qué estás haciendo con este proxeneta y traficante?» Me di cuenta de que mi padre llevaba una vida delictiva.

Mi padre y yo nos veíamos a menudo, pero siempre durante el día, porque nunca me permitió verlo por la noche. Yo sabía que se pasaba las noches en tugurios y antros y decidí encontrarlo allí. Fui hasta los bajos fondos de la ciudad, pero mi padre me envió decir que me perdiera de vista. «Dice que no puede permitir que lo veas en ese sitio.» Supe que mi padre era el Rey del Infierno.

Me desperté sonriente de este sueño y con una sensación de alivio y euforia. De modo, me dije, que mi padre es el Demonio. Soy la hija del Demonio y, sin embargo, quiere protegerme. Sentí un fuerte sentimiento de cariño por mi padre y vi que él (el Demonio) poseía cierta nobleza de espíritu. Mi mente rastreó todas las asociaciones acerca del Demonio como ángel caído, el ángel más amado del Señor, ahora condenado a gobernar el Infierno, y lo vi como una figura trágica.

Mi sueño fue lo que en este libro se podría describir como «espiritualmente inteligente». Ser «espiritual» es estar en contacto con la totalidad; literalmente, es tener un sentido de la propia integridad. El

sueño me puso en contacto con el lado «oscuro» y perdido de mí misma y me hizo querer poseerlo. Me hizo querer recogerme y ser un todo. Asimismo, añadió una dimensión «mitológica» a hechos de mi infancia que simplemente habían sido demasiado dolorosos para recordarlos e integrarlos.

Pero querer recordar y ser un todo sólo representa el primer paso de lo que puede ser un proceso de curación largo y doloroso. Durante los meses posteriores al sueño, deseé saber algo de mi padre y me dolió mucho que fuera imposible porque hacía años que había muerto. Hice oídos sordos al mensaje de que mi padre no quería que lo encontrase en los bajos fondos y a veces me obsesionaba tratando de encontrarlo y pasando por un ritual interior de lo que denominé «la caída». Bebía aún más y visitaba clubes nocturnos en las ciudades desconocidas donde daba conferencias. Al buscar a mi padre, al «caerme», todavía no era consciente de que pretendía recuperar mi lado perdido. Esto sólo se hizo obvio meses después cuando volví a soñar durante una nueva estadía en Katmandú.

En el sueño anterior, mi padre me había prohibido expresamente que lo encontrara en los bajos fondos de la ciudad. Tenía que verle en cualquier sitio pero a la luz del sol. Ahora supe que eso significaba que debía hallarlo en mi interior. En el nuevo sueño yo era una bailarina que se movía con una gracia que superaba el poder de mi voluntad. De entrada, pensé que mis brazos y piernas eran manipulados como una marioneta. Pero entonces me di cuenta de que era impelida desde dentro y que una fuerza interior, orquestaba los bellos movimientos.

El sueño me dejó con una sensación visceral de profunda espontaneidad, de que había un centro activo dentro de esa gracia conferida (simbolizada por el garbo de mis movimientos). Era una espontaneidad que no sólo podía admirar en la gente de Nepal, sino también llevármela a casa. Era sin duda la llamada curativa de mi propia inteligencia espiritual.

DEJANDO QUE RESPLANDEZCA LA IES

Cuando estamos apartados del centro profundo de nosotros mismos por medio de la fragmentación, la unilateralidad, el dolor o la distracción, es como si camináramos en la oscuridad por una senda de lodo con sólo una pequeña antorcha como guía. Avanzamos cautelosamente de charco en charco con la perspectiva limitada a un paso titubeante por vez. Cuando pasamos la misma senda a la luz del sol, la vemos desde una perspectiva mucho más amplia. Vemos los charcos en su contexto y los evitamos con facilidad. La luz interior de la IES tiene ese mismo efecto con los «charcos» que encontramos en la vida.

Cuando usamos la inteligencia espiritual, estamos viendo las cosas desde el centro. Ponemos los hechos y los sentimientos en un contexto más amplio, relacionamos cosas que habían parecido separadas y vamos y creamos relaciones y pautas. Vivimos entonces todo el Loto del Ser. Pero ¿cómo llegamos a ver con esta luz interior? ¿Acaso siempre debemos llegar allí por nuestros propios medios o hay alguna ayuda disponible?

Hemos visto, tanto por la neurología como por la física de la conciencia, que la IES es una capacidad innata del cerebro humano y de la manera que el cerebro se relaciona con una realidad más amplia. Nadie tiene que darnos la luz de la IES, no tenemos que aprenderla ni heredarla. El centro profundo está con nosotros como derecho inalienable y siempre está allí dando testimonio de nuestras vidas. Está allí siempre que buscamos sentido a las cosas o actuamos conscientemente. Pero nuestros egos conscientes no siempre saben que nos acompaña. La IES nunca está ausente, pero nuestra visión de la misma y, por tanto, nuestra capacidad para usarla, puede estar bloqueada. Lo que puede bloquearnos es el acto de mirarla como si fuera un objeto exterior ajeno a nosotros. Pero la IES está tanto en el que mira como en lo mirado (una ola buscando el océano). Lo primero que acaso encontremos es un doloroso vacío, pero si podemos superar esta Noche Tenebrosa del Alma, siempre podemos encontrar algo real y puro.

En ocasiones, como en el caso de mi crisis espiritual, el mero hecho de vivir una fractura intrínseca puede llegar a ser tan tremendo que no podemos continuar a menos que resplandezca esta luz interior. Simplemente yo no podía seguir viviendo como si una mitad de mí misma no existiera. La soledad interior (una «soledad que oye», la define el rabino Heschel) finalmente exige hacerse oír. La misma experiencia de una crisis espiritual es una forma de percepción.

No estamos solos. Cada uno de nosotros forma parte de una larga búsqueda humana de sentido y de las tradiciones, símbolos, asociaciones, santuarios e imágenes que han dado expresión a esta búsqueda. Incluso el lenguaje, tal como dijo el filósofo alemán Heidegger, es

«una casa del Ser», y todos moramos en esa casa. Portamos toda la historia del universo dentro de nuestro subconsciente profundo que a su vez forma parte del subconsciente colectivo de la humanidad. Cada uno forma parte de una comunidad humana más grande y casi todos también de una comunidad más pequeña, más local, de amistades y familiares. Podemos recurrir a todas estas cosas.

Se nos puede ayudar de muchas maneras en nuestra búsqueda de curación, por ejemplo, por medio de la compasión de los seres queridos, de un buen sacerdote o rabino, de un terapeuta eficaz, del acercamiento a la naturaleza, de una interpretación personal de los símbolos espirituales que significan algo para nosotros, como la Cruz, la estrella de David, el *Shema Israel*, el Árbol de la Vida, una estatua de Buda o una vela encendida, de la lectura o el recuerdo de un poema que nos aviva el subconsciente, del recitado de una canción que nos ha impactado, de la inspiración que nos brindan las vidas y actos de los demás, de prestar atención a los sueños o de una valiente disposición a afrontar los propios demonios. Como dijo en una ocasión un lama tibetano, podemos encontrarle el sentido a la vida incluso bebiendo un vaso de agua si lo hacemos con el espíritu apropiado.

LA EMERGENCIA ESPIRITUAL NO ES LA ÚNICA MANERA

Hasta ahora he hablado de encontrar la luz de la IES y, por tanto, el centro personal por medio de una crisis espiritual o lo que los psicólogos Christina y Stanislav Grof han llamado, en los casos más extremos, emergencias espirituales.[4] Sin duda, esos momentos brindan una oportunidad de crecimiento si se los maneja sabiamente, pero no representan el único camino para experimentar y usar la IES. Muchísimas personas equilibradas tienen experiencias en las que brilla la luz de la IES y muchas otras la desean con tal fuerza que su búsqueda se convierte en inteligencia espiritual.

Los niños, por ejemplo, según la definición que ofrece este libro, muestran un alto nivel de inteligencia espiritual. Siempre preguntan por qué, siempre buscan el sentido de las cosas y siempre tratan de poner los sentimientos y los hechos en un contexto más amplio. Los niños aún no están bloqueados por un conjunto de supuestos ni por un modo determinado de ver las cosas. Todo es nuevo para ellos.

La espiritualidad natural de los niños sobre la que escribe el americano Robert Coles[5] se debe a su elevado nivel de inteligencia espiritual. A esa temprana edad, y con su tendencia a preguntar por qué y cómo, los niños quieren construir naturalmente lo que los adultos llamarían un marco metafísico para sus vidas. Quieren saber quiénes son, de dónde vienen, el origen del mundo, por qué la gente se comporta como lo hace. Cuando mi hijo tenía cinco años, una noche me preguntó al acostarlo: «Mami, ¿por qué tengo una vida?» Fue una pregunta espiritualmente inteligente, pero los padres y los maestros suelen ignorar las preguntas de los niños o les contestan con condescendencia respuestas que ni siquiera ellos mismos aceptan. Más adelante, esto puede producir cinismo, desesperación o mero conformismo, todo lo cual resulta dañino para un chico de un alto cociente de inteligencia espiritual.

Del mismo modo, nosotros, adultos cínicos o espiritualmente enfermos, a veces podemos hallar la luz de la IES cuando recuperamos al niño que siempre llevamos dentro o al vivir algún hecho o relación con la mirada fresca de ese niño. Es una de las alegrías bien conocidas de ser padre. Esta visión infantil está comúnmente asociada con la creatividad en los adultos. Isaac Newton describió su relación con la física como la de un niño que pasea por la playa y descubre hermosas conchas y piedrecillas. Matisse dijo: «Debemos aprender a ver el mundo de nuevo a través de los ojos de un niño.»

Siempre que nos apartamos de nuestros supuestos o de nuestra forma habitual de ver las cosas, cada vez que logramos una visión que coloca nuestra actuación en un mayor contexto de sentidos y significados, cada vez que trascendemos el ego y actuamos desde el centro, cada vez que experimentamos el estremecimiento de la belleza o de la verdad que nos supera, oímos lo sublime en una obra musical, vemos la majestuosidad de un amanecer en la montaña, sentimos la profunda simplicidad de una nueva idea, vivimos las honduras de la meditación o la maravilla de la oración, estamos percibiendo nuestra IES y, en alguna medida, usándola para curarnos.

Joseph Campbell cuenta la historia de dos jóvenes policías que pasaron por un puerto de montaña en Hawai. Era un puente tan popular entre los turistas como entre los suicidas, y al acercarse los policías, vieron a un joven a punto de arrojarse al vacío. Uno de ellos salió del coche, agarró al joven y estuvo a punto de caer también de no ser porque su compañero lo cogió a tiempo.

«¿Se dan cuenta —dice Campbell—, lo que le hubiera pasado a ese policía que se arrojó a la muerte por un desconocido? También

hubiera caído con él todo lo que formaba parte de su vida, los deberes hacia su familia, hacia su trabajo; hubieran desaparecido todos sus deseos y esperanzas. Estuvo a punto de morir. ¿Por qué?» El filósofo Schopenhauer dice que en una crisis semejante puede surgir una especie de verdad metafísica: la verdad de que tú y el otro son uno, que no hay separación, que tú y el «desconocido» son dos aspectos de la misma vida. Nuestra verdadera realidad es nuestra identidad con toda la vida.

«El héroe —dice Campbell— es el único que ha dedicado su vida a alguna clase de consecución de esta verdad.»[6] Haciéndolo así, su vida se amplía y de un modo u otro se purifica.

Hay experiencias de muerte o de cuasi muerte que también hacen brillar la luz. En Auschwitz, creyendo que su muerte era inminente, Viktor Frankl decía haber encontrado el sentido de la vida:

> En esta situación crítica, mi preocupación era distinta de la de la mayoría de mis camaradas. Su interrogante era: «¿Sobreviviremos al campo? De no ser así, todo este sufrimiento no tendría sentido.» Y lo que a mí me preocupaba era: «¿Tiene todo este sufrimiento, todas estas muertes, un sentido? De no ser así, entonces tampoco tendrá sentido la supervivencia, ya que una vida cuyo sentido depende de semejante casualidad, de si alguien se escapa o no, no valdría la pena de ser vida.»[7]

Marie de Hennezel, una psicóloga que trabaja con enfermos terminales en un hospital de París, dice:

> La conciencia de que debo morir es, paradójicamente, lo que me vincula a otro ser humano. Por eso, cada muerte me toca. Me permite penetrar en el corazón de la única pregunta pertinente: ¿qué significa la vida? La muerte, que un día viviremos hasta el final, que golpeará a nuestros seres queridos y a nuestros amigos, es quizá lo que nos empuja a no contentarnos con vivir en la superficie de las cosas y de la gente, nos empuja a entrar en su corazón y en su profundidad.[8]

La muerte brinda a la vida un mayor contexto de valores y sentidos.

Y finalmente, pienso en la conocida obra de Neale Donald Walsch, *Conversaciones con Dios*. A cierto nivel, podemos tomarlas literalmente y decir que Walsch tiene línea directa con un Ser Supremo fuera del

mundano esquema de las cosas, una línea directa con el Dios judeocristiano que creó el mundo y a nosotros. Pero a un nivel más sutil y en mi opinión más creíble, podemos decir que Walsch conversa en realidad con su propia IES. En el esquema de Walsch, Dios representa el marco definitivo de valores y sentidos; es el último portador de contextos. Dios puede ofrecerle a Walsch la «gran imagen». Esto es precisamente lo que nos brinda la IES: recontextualiza las cosas y las coloca en un mayor marco de significado en cualquier etapa de nuestro crecimiento espiritual. Cuando «hablamos» con Dios o rezamos, estamos haciendo lo mejor que podemos para alcanzar esa sabiduría innata en el centro de nuestro ser que nos pone en contacto con la totalidad de la realidad. Cuando Él contesta, le oímos desde lo más profundo de nuestro ser. Pero por esa razón, «la palabra de Dios» o el poder curativo de nuestra IES no puede jamás ser final. Se trata de un proceso de comunicación en curso, de un diálogo. «Dios» siempre está cambiando.

NO EXISTE LA GRAN SALVACIÓN

La mentalidad occidental es dada a creer en grandes finales, en el día del Juicio Final, en catástrofes milenaristas y en salvaciones. Ni siquiera la más sutil filosofía oriental nos conduce a un Nirvana definitivo en que cesará el ciclo de renacimiento y sufrimiento. Pero tanto los procesos evolutivos como los poderes integradores de nuestros cerebros sostienen que la vida es más una serie de pequeñas redenciones que una sola gran salvación.

El estado natural del universo, el vacío cuántico, está en diálogo constante con las excitaciones de energía que constituyen la existencia. Las cosas salen del vacío y vuelven a él para renacer como algo distinto. Podemos ver este proceso en movimiento en una simple *cámara Wilson de nubes*, un artilugio para observar las huellas de pequeñas partículas subatómicas. Las partículas salen de repente del vapor de la cámara, atraviesan un espacio de pocos centímetros y de improviso vuelven a desaparecer en el vapor. Luego vuelven a aparecer nuevas partículas. Este proceso de creación, aniquilación y renacimiento de partículas seguirá teniendo lugar mientras dure el universo. Lo mismo sucede con el nacimiento y la muerte de estrellas, galaxias y planetas.

En biología, la evolución no tiene fin. Mientras nuestro planeta siga manteniendo la vida, esa vida cambiará y evolucionará dando paso constantemente a nuevas formas.

Y lo mismo pasa con los cerebros. Ya hemos visto que el cerebro se recicla invariablemente como resultado de la experiencia. Mi cerebro de hoy no es el mismo de ayer. Las oscilaciones neurales de 40 Hz que hacen posible mi IES tienen que integrar persistentemente las nuevas experiencias, dar nuevos marcos y contextos a los significados y superar los problemas y las crisis a medida que se presentan. Incluso una vida espiritualmente inteligente sólo puede ofrecernos en el mejor de los casos una serie de pequeñas redenciones, una cura pasajera con el maduro conocimiento de que otros desafíos nos aguardan en el futuro. Hoy puedo encontrar una parte perdida de mí misma; las otras piezas de mi ser fragmentado aún aguardan para hacer su aparición. Pero esa misma visión puede facilitar una forma de curación dándonos una sensación de paz aceptada en vez de impaciencia ante los procesos profundos y vivos de la vida y de la psique. Como dice Bilbo Baggins cuando se apresta a iniciar su gran aventura en *El señor de los anillos* de J. R. R. Tolkien:

> El Camino sigue y sigue
> desde la puerta en que comenzó.
> Ahora el Camino ya está lejos
> y yo debo seguirlo, si puedo,
> con los pies impacientes.
> Hasta que se une con una vía mayor
> donde se crucen muchas sendas y veredas.
> Y de allí, ¿adónde? No lo puedo decir.[9]

Como veremos cuando estudiemos la profunda espontaneidad de la IES, la inteligencia espiritual nos permite relacionarnos con experiencias en curso con una confianza profundamente tranquila y equilibrada. No es necesario que lo preguntemos porque podemos responder a lo que sea y aceptar cualquier responsabilidad.

11

NUESTRO COMPÁS EN EL LÍMITE: USANDO LA IES PARA CREAR UNA NUEVA ÉTICA

> ¿Cómo puedo ir adelante si no sé adónde voy?
>
> JOHN LENNON

> Tienes que ir más allá de lo que quieres hacer y más allá de lo que piensas que deberías hacer y sólo entonces podrás ver esa clara luz que te indica qué hacer.
>
> Un cuáquero

Hace poco, mi hija de quince años me dijo quejosa: «Hoy en día resulta difícil tener mi edad. Tú y papá siempre estáis cambiando de opinión sobre lo que está bien y todos los demás no parecen saber lo que hacen. Yo tengo que descubrirlo por mí misma.» Más negra aún fue la conclusión a que llegó una mujer a quien conocí en una reunión de iglesia para personas que dudaban de Dios: «Ahora que la ciencia ha demostrado que Dios no existe —me dijo—, no importa cómo nos comportemos. Sólo depende de nosotros.»

Hoy sentimos la presión de cuestiones acerca del bien y el mal, de cómo no apartarnos del buen camino o de cómo guiar a nuestros hijos. La religión formal y su ética ya no predominan, las estructuras familiares son fluidas y en cambio constante y se nos ha resquebrajado el sentido de comunidad y tradición. Alguien ha cambiado las reglas morales del juego y ni siquiera sabemos a qué jugamos. El historiador Eric Hobsbawm ha dicho que se han producido más cambios en los últimos cincuenta años que desde la Edad de Piedra. Hablando de nuestra época, escribe que «anuladas la incertidumbre y la impredic-

ción, las agujas del compás ya no tienen un norte y los mapas se han vuelto inservibles».[1]

En consecuencia, hoy mucha gente se siente perdida, desorientada, incluso aterrorizada. Sin embargo, tal como escribió Rilke a inicios del siglo XX, a veces nuestros temores más profundos son como dragones que resguardan nuestros tesoros más recónditos.[2] En palabras del maestro tibetano Sogyal Rinpoche:

> El temor a que se despierte en nosotros lo efímero, que nada dure ni sea real, representa, según hemos llegado a descubrir, nuestro mejor amigo ya que nos lleva a preguntar: Si todo muere y cambia, entonces, ¿qué es lo realmente verdadero? ¿Hay algo detrás de las apariencias, algo ilimitado e infinitamente grande, un espacio donde puede tener lugar la danza del cambio y lo transitorio?[3]

Acaso la muerte de la vieja ética y del marco de referencias en que se basaba, nos da una inmejorable oportunidad de forjar una nueva ética basada en nuestra innata inteligencia espiritual. Utilizándola, podemos vivir con la incertidumbre y hallar una fuerza interior relacionada con ella. Podemos vivir creativamente, no pese a la incertidumbre sino debido a ella. La incertidumbre puede inspirarnos porque crea condiciones en las que debemos elegir. Nos brinda libertad y establece las condiciones necesarias para que asumamos nuestra responsabilidad.

LA VIEJA ÉTICA

En algún momento de la historia de la evolución, los seres humanos perdimos esos instintos naturales que hacen la vida mucho más segura a los animales más simples. Pudimos entonces romper las normas y limitaciones que nos imponía la naturaleza y labrarnos una nueva forma de vida más compleja basada en el libre albedrío y expresada en una cultura. Sin embargo, tras haberse liberado de las cadenas de los instintos, Occidente al menos trató de reemplazarlos con normas y certidumbres impuestas por Dios o la razón.

Moisés bajó del Sinaí con las Tablas de la Ley. La cristiandad y el islam honraron esas leyes y añadieron las propias. En la tradición filosófica de la antigua Grecia, los principios universales del bien y la justicia parecían esenciales en cualquier sistema de ética genuina.[4] Ciertamente el universalismo, la creencia en verdades y pautas objetivas aplicables a todo y a todos, se encuentra en el nacimiento mismo de la cultura occidental. Con el advenimiento de la Ilustración en el siglo XVII, en Occidente la razón se convirtió en la guía infalible para lo que era correcto y bueno. La ciencia de Newton siguió el mismo principio con leyes de la naturaleza que gobernaban cualquier evento del universo físico. Esa ciencia fue de absolutos: espacio y tiempo absolutos, leyes absolutas, certezas, predicciones y control absolutos.

Si bien la religión formal mantuvo vivas las certidumbres de Moisés, y los filósofos y lógicos, las de la antigua Grecia, las ciencias sociales de los siglos XVII, XVIII y XIX reforzaron las certidumbres absolutas de Newton. El psicoanálisis de Freud, la democracia de Locke, la economía de Adam Smith, las inexorables leyes de la historia de Marx, las leyes de la evolución de Darwin y la teoría científica de dirección de empresas de Frederick Taylor, intentaron aplicar analogías de las tres leyes del movimiento. En la vida cotidiana, esas certidumbres fueron sostenidas por el uso y la tradición, por la familia y la comunidad.

EL PRINCIPIO DE INCERTIDUMBRE

El principio de incertidumbre del físico Werner Heisenberg es el precepto cardinal de la teoría cuántica. Aún más que la teoría de la relatividad de Einstein, que simplemente cuestiona nuestra posición en el tiempo-espacio o nuestra percepción del mismo, el principio de incertidumbre cuestiona nuestra capacidad para saber algo de forma absoluta. El conocimiento, afirma Heisenberg, siempre es limitado. Si sabemos *x* sobre un hecho o situación, no podemos saber *y*, y viceversa. La realidad cuántica que describe Heisenberg tiene un número infinito de posibles expresiones, todas necesarias y cada una válida de algún modo. Pero sólo podemos conocer los aspectos que buscamos de la realidad. Nuestras respuestas siempre serán respuestas a lo que hemos preguntado. Y si hacemos preguntas diferentes, hallaremos respuestas diferentes.

En 1997, el *Sunday Times* de Londres publicó dos distintas encuestas de Gallup sobre el estado de las creencias religiosas en Gran Bretaña. En la primera, se le preguntó a la gente si asistía los domingos a la iglesia. Sólo el 10 por ciento contestó de modo afirmativo y, por tanto, la encuesta determinó que Gran Bretaña no era un país

muy religioso. Pero en la segunda encuesta, realizada seis meses más tarde, se preguntó a la gente si creía en Dios. El 80 por ciento de los encuestados contestó que sí y entonces los encuestadores determinaron que Gran Bretaña era una nación sumamente religiosa. Esto es un buen ejemplo del principio de incertidumbre en funcionamiento.

Einstein y Heisenberg contribuyeron a realizar un cambio fundamental en nuestra relación con la verdad y la ética. La anterior era de arriba abajo, un intento de reemplazar las perdidas certezas de nuestro pasado biológico con referencia a un conjunto de verdades externamente impuestas. Tanto Heisenberg como Einstein dicen que todo depende *de nosotros* de un modo sustancial. La verdad depende de nuestro punto de vista y de las preguntas que hemos decidido hacer. Se trata de una verdad de abajo arriba que de una forma fundamental proviene de adentro. En última instancia, sostengo que se trata de una verdad a la que sólo podemos acceder mediante nuestra inteligencia espiritual.

Los resultados de los descubrimientos científicos, la tecnología y el espíritu general de investigación científica nos afectan a todos. Pero aún más revolucionario que los descubrimientos científicos ha sido el espíritu científico. La verdad de arriba abajo se basa en la fe; los sistemas éticos se fundamentan en la conformidad, en la fe en una autoridad exterior, pero la ciencia creativa es de abajo arriba, se basa en la observación, en probar las teorías, en cuestionar los hechos. Si soy una científica en la línea del principio de incertidumbre, no me interesan sólo las respuestas. Quiero saber más sobre las preguntas, sobre las realidades más amplias que pueden observarse al hacer preguntas más profundas y de mayor calado. ¿Sorprende que un adolescente del siglo XX insista en reinventar la rueda o que casi todo el mundo se pregunte «¿Es eso posible?» antes de «¿Qué es lo correcto?». El espíritu de la ciencia se ha convertido en el principio motor de nuestro tiempo.

Siempre ha habido movimientos religiosos o espirituales que han honrado las verdades de abajo arriba. Los místicos de todas las religiones abrahámicas, los taoístas, los hindúes, los budistas y, más recientemente, los cuáqueros, han recalcado la importancia de la experiencia interior y del camino interior hacia lo sagrado. Al rechazar que baste una mera creencia u obediencia como camino hacia la verdad, destacan que debemos trabajar en nosotros mismos para encontrar alguna luz interior. Las religiones occidentales oficiales han rechazado y a menudo perseguido a quienes profesaban esta actitud, pero tal vez les haya llegado la hora de rectificar.

INCERTIDUMBRE NO ES RELATIVIDAD

La relatividad moral afirma que la misma verdad es relativa porque no existen pautas o verdades absolutas. La verdad no es más que lo que yo creo o creo cómodo afirmar. No hay objetividad, sólo subjetividad.

Esta clase de escepticismo fue formulada originalmente en la antigua Grecia por los sofistas. Está implícita en la opinión de Nietzsche y de Freud de que la gente cree en lo que encuentra más conveniente para la prosecución de sus impulsos individuales. Los antropólogos del siglo XX han informado sobre creencias contradictorias sobre el bien y el mal en diferentes tribus y culturas, aunque casi todas las culturas prohíben el engaño y el asesinato. Muchos filósofos del siglo XX se basaron en las obras de Heisenberg y Einstein para proporcionar al relativismo moral su más sólido argumento. Einstein, afirmaron, demostró que siempre estamos encerrados dentro de un marco individual de espacio-tiempo y que, por ende, no hay una visión divina de la realidad. El principio de incertidumbre de Heisenberg, añadieron, demuestra que la verdad no es más que un asunto de cómo vemos las cosas y de qué preguntas formulamos. Ambas premisas no comprenden lo que tiene que decir la ciencia moderna sobre la verdad y la realidad y se desentienden de la nueva perspectiva apasionante y sutil que esta ciencia otorga a la verdad.

La obra de Einstein no sostiene que todo es relativo, pero sí contiene descripciones objetivas. Brinda una descripción única en cuatro dimensiones y de tiempo-espacio del mundo *real* en términos abstractos que contiene las perspectivas de todos los posibles observadores como *aspectos* de la verdad. Las perspectivas individuales se relacionan entre sí por medio de la descripción abstracta del todo. Hay una visión divina del conjunto, pero está reservada en exclusiva a Dios. Lo mejor que podemos hacer es adquirir conocimiento de todas las perspectivas posibles y reconocer que el conjunto es mayor de lo que podemos percibir.

Del mismo modo, Heisenberg dice que la misma realidad cuántica está llena de un potencial infinito (verdad infinita), pero nosotros sólo podemos conocer algunos de sus aspectos. Como observadores, estamos implicados en un diálogo co-creativo con esta infinita realidad de fondo y lo que vemos depende de lo que preguntemos. La verdad no es limitada ni incierta, pero sí nuestra visión de la misma. Una vez más, lo mejor que puede hacer un observador a lo Heisenberg es

aprehender tantas facetas de la verdad subyacente como le sea posible haciendo el mayor número de preguntas.

La ciencia actual nos invita a apreciar que la realidad y la verdad están más allá de nuestro alcance finito. Sin embargo, también nos invita a celebrar lo multifacética que es la verdad y a aceptar la responsabilidad que nos incumbe en nuestro papel para revelarla. Jamás podremos conocer su verdadero alcance, pero estamos haciendo nuestro papel en un drama universal. Cada uno de nuestros actos finitos puede parecernos irrisorio y aislado, pero en su conjunto contribuyen al futuro del todo.

VIVIENDO AL LÍMITE

Mucha gente habla de que «vive al límite», pero con frecuencia no sabe lo que eso significa. «El límite» es una expresión de la teoría del caos, una ciencia relativamente nueva que describe el comportamiento impredecible de cosas como la meteorología, los latidos del corazón humano, los panales de abejas y las bolsas de valores. En la teoría del caos, el límite es el punto de confluencia del orden y el caos, de conocido y desconocido. En la naturaleza, es el sitio donde tienen lugar la creatividad y la autoorganización. Es donde se crea nueva información.

Podemos hacernos una imagen concreta del límite del caos si nos imaginamos de pie sobre un puente mirando correr las aguas por debajo. Corriente arriba, el agua fluye armoniosamente, lenta, tranquila y como un espejo. Eso es orden. La información no es más que orden de modo que el flujo tranquilo de la corriente contiene alguna información finita. Si conocemos el «código» de la corriente, podemos acceder a esa información. Lo mismo sucede con las reglas de un código ético construido de abajo arriba. Como adherentes de ese código, podemos leer sus normas y comportarnos según lo allí establecido.

Justo cuando el agua pasa debajo del puente choca contra unas ramas o rocas y forma remolinos. Luego, más allá de los remolinos, río abajo, las aguas forman blancas turbulencias. Esa blanca turbulencia es el caos. Puede contener información, pero su código es tan complejo que jamás podemos aspirar a tener acceso a él. Todos estamos tan desconcertados como la gente que no sabe a qué juego está jugando.

En el sitio donde el agua se arremolina la corriente llega al límite

con el caos. Está creando un nuevo código, nueva información. Allí, en ese punto de autoorganización, es donde nos encontramos en aguas turbulentas pero navegables. Hay una ciencia eficaz que estudia el orden y otra que estudia el caos, pero la ciencia que quiere estudiar la creatividad se concentra en el límite del caos. Allí es donde «suceden» los sistemas vivos como nosotros.

Todos los sistemas biológicos están colocados en el límite del caos. Eso es lo que nos hace abiertos y adaptables y lo que hace a los sistemas vivos tan milagrosamente flexibles. Por ejemplo, el sistema inmunológico de los humanos fabrica toda defensa concebible contra virus y bacterias, de modo que cuando una de ellas prueba ser eficaz, entonces el sistema se vuelca en una pauta ordenada para producir eso y nada más que eso. La mente humana, cuando utiliza la inteligencia espiritual, también está en el límite.

Estar en el límite hace posibles nuestra vida y la creatividad, pero también puede añadir el elemento miedo ya que las defensas son más inciertas. Hoy, nos guste o no, todos tenemos que vivir en el límite. No podemos depender de la vieja tradición ni de la ética ancestral. Ni tampoco podemos dar pie al relativismo nihilista negando la realidad de toda verdad. Tenemos que elaborar nuevos conceptos y redefinir nuestras categorías mentales. En la actualidad, una ética con la que se pueda vivir creativamente será necesariamente una ética situada en el límite.

En *Así habló Zaratustra*, donde Nietzsche anunció la muerte del viejo orden, dice: «Se debe tener caos para dar vida a una estrella danzante. Os lo digo, tenéis caos en vosotros.» Lo que Nietzsche quería decir por «caos» era la capacidad de autoorganizarse, de reinventar, de superar las categorías de bien y mal impuestas por las religiones organizadas de arriba abajo. La imagen central de Nietzsche para esto era un equilibrista que tenía que andar entre las torres de la certidumbre. No lo logra; cae y muere. Zaratustra señala que aún no estaba preparado. Pero Nietzsche escribía a fines del siglo XIX. A inicios del XXI, aún caminamos por esa cuerda floja, pero ¿podemos conocer más lo que se nos exige? Si aprendemos a confiar en nuestra IES, tendremos menos miedo, nos acostumbraremos más a depender de nosotros mismos, estaremos más dispuestos a afrontar las dificultades y las incomodidades y estaremos más preparados para vivir en el límite.

LA IES Y EL «OJO DEL CORAZÓN»

Me gusta la imagen del equilibrista de Nietzsche porque esos artistas tienen una fuerza interior así como la IES posee un sentido de equilibrio interno. A diferencia de la inteligencia racional que se orienta a sí misma teniendo en cuenta las normas, y de la emocional, que se guía por la situación en que se encuentra, la IES ilumina nuestro camino con lo que los místicos han llamado «el ojo del corazón». Una persona que conoce a Dios, dice Bahya Ibn Paquda, «ve sin ojos, oye sin oídos, percibe cosas que sus sentidos no pueden percibir y comprende sin razonar». «Mi corazón Te vio y Te creyó. Te he visto con el ojo del corazón», fue como lo expresó Yehuda Halevi.[5]

En última instancia, el corazón del ser espiritualmente inteligente es el vacío cuántico, el territorio del ser. Es una tierra tranquila y cambiante y el corazón que la conoce también es tranquilo y cambiante.

En opinión de los místicos medievales judíos y cristianos, el «ojo del corazón» era una metáfora para la intuición. En numerosas tradiciones, el ojo derecho representa la percepción del Sol, de lo activo y futuro, la luz de la razón, mientras que el izquierdo representa la percepción de la Luna, de lo pasivo y pasado, o la visión que proviene de la emoción. Pero hay un «tercer ojo» que sintetiza ambos y que nos proporciona la sabiduría. En el hinduismo, este «tercer ojo» ocupa el centro de la frente de Shiva. «El tercer ojo corresponde al fuego. Reduce todo a cenizas.» En el budismo, es el ojo que todo lo ve del Buda que se sienta en «el límite» entre la unidad y la multiplicidad, entre el vacío y el no vacío. Quienes viajan al Nepal o al Tíbet pueden ver este ojo pintado con vivos colores en los chapiteles que coronan los grandes templos o stupas.

En la cubierta del CD *The Eyes of the Heart (Los ojos del corazón)*, el músico de jazz Keith Jarrett describe la improvisación musical como algo «que llega a su cenit cuando todos los participantes en la música son conscientes de un esfuerzo mayor que el suyo propio; por tanto, es más el suyo propio».[6] Utilizar la IES para forjar una nueva ética requiere una improvisación similar, y eso, a su vez, requiere un sentido más hondo de «lo propio» o «mi ser» que me haga superar las pequeñas limitaciones de mi ego y me lleve más allá de las peligrosas aguas del relativismo. El moderno concepto occidental del ego no sirve para esto. Nosotros, nacidos en Occidente y en el siglo XX, tenemos poco conocimiento de un ser profundo al que puede pertenecer ese ojo del corazón.

El concepto del ser heredado de Freud está aislado y es poco profundo. Pero el ser espiritualmente inteligente es más pleno y posee conciencia profunda de las interconexiones de la vida y de todas sus manifestaciones. Este ser pleno es consciente de que los actos humanos forman parte del amplio y rico entretejido del universo. Tiene una postura de humildad y agradecimiento ante la Fuente de donde emergió él y todo lo demás. Y posee un profundo sentido de compromiso y responsabilidad. Reconoce que el individuo no puede ser un todo si no revalida el Todo superior del que cada uno de nosotros forma parte inseparable.

El ser espiritualmente enfermo no puede darnos una ética basada en la IES o en el ojo del corazón. Carece de fuente profunda de donde sacar sabiduría o intuición. Pero el ser profundo que acabo de describir como ser espiritualmente inteligente nos capacitará para andar en la cuerda floja que separa las torres de la certidumbre. Podemos acceder a algo en nuestro interior que hace las preguntas válidas y no parciales y que guía nuestros valores y conducta más verdaderamente que cualquier dogma impuesto. Aun así podemos caernos de la cuerda, pero existe un recogimiento y una alegría con los que ni siquiera esta posibilidad es lo más importante.

USANDO NUESTRA ESPONTANEIDAD PROFUNDA

En hebreo, las palabras para «compás» *(matzpen)*, conciencia *(matzpoon)* y «la oculta verdad interior del alma» *(tsaffoon)* vienen todas de la misma raíz. Ser consciente es estar en contacto con la oculta verdad interna del alma y, si estamos en contacto, poseemos un compás interno que guía nuestro comportamiento. En griego antiguo, las palabras «inteligencia» *(euphyia)* y naturaleza *(physis)* vienen de la raíz *phyiame*. *Euphyia* significa literalmente «el que bien crece» y *physis*, «eso que está por brotar». Crecemos bien y somos inteligentes al permitir que brote algo del interior. La palabra griega para «verdad» *(alithia)* quiere decir literalmente «sin olvidar», sin olvidar lo que siempre hemos sabido. Estas dos antiguas lenguas nos dicen que en nuestro interior hay una fuente de verdadero conocimiento.

En el diálogo *El Menón* de Platón, Sócrates le hace una serie de preguntas a un ignorante niño esclavo y extrae de él los principios fundamentales de la geometría. «Ves —dice Sócrates—, él conocía

los fundamentos de la geometría. Sólo que se le habían olvidado.» En la doctrina platónica del conocimiento, los seres humanos nacemos sabiéndolo todo. El conocimiento es innato, incluyendo un conocimiento del bien y el mal, de lo correcto y lo erróneo. Un bebé está muy cerca de la verdad, pero a medida que crece se olvida y cae en la ignorancia.

Sócrates y Platón exageran debido a su convicción de que toda la verdad existente siempre ha estado y estuvo para ser descubierta. En contraste, la lección del siglo XX es que la verdad es un *proceso* infinito, en movimiento y sin fin. Pero la ciencia está de acuerdo con Platón al decir que nacemos y vivimos con un *potencial* de conocimiento y compromiso con la verdad. Caemos en la ignorancia debido a nuestra tendencia a encerrarnos en hábitos, suposiciones, normas y sistemas de creencias a medida que avejentamos. Tal como lo describe R. D. Laing, «A fin de adaptarse a este mundo, el niño hace abdicación de su éxtasis».[7]

De adultos, la mayoría olvida nuestro profundo ser original y la sabiduría que posee. Salvo en raras ocasiones de espontaneidad infantil, cuando algo nos emociona e impacta mucho, nos olvidamos que nuestros seres tienen un centro sabio. Nos olvidamos de cómo responder a lo que está adentro. Perdemos la fe en nosotros mismos y nos volcamos en las reglas externas para que nos guíen. El desafío es recuperar esa perdida espontaneidad infantil atemperada por la experiencia, disciplina y sabiduría del adulto, junto con una constante humildad. Debemos estar siempre dispuestos a probar nuestra «verdad interior» a fin de saber qué consecuencias puede tener en el mundo exterior.

A los occidentales, les resultan complicados los conceptos de disciplina y espontaneidad. Tendemos a trivializar la espontaneidad y a exteriorizar la disciplina. La influencia freudiana en la psicología occidental se imagina al ego consciente como una víctima desventurada atrapada entre los caprichos, la irresponsabilidad y los instintos del id (nuestra espontaneidad) y la voz dominante del superego con sus expectativas paternas y sociales (nuestra disciplina). La espontaneidad asumida del id está en fuerte contraposición con la disciplina de arriba abajo del superego. Estamos atrapados entre «meros sentimientos» y control racional. Como dijo el cuáquero citado en la página 187, nos encontramos entre lo que queremos hacer y lo que pensamos que tendríamos que hacer. De ese modo, llegamos a dudar de nuestros instintos, a desconfiar de nuestra espontaneidad, a sentirnos

culpables y a depender de la impuesta disciplina del autocontrol. Este estrecho concepto freudiano de espontaneidad no es el mismo que el de la espontaneidad profunda que nos permite usar la IES como compás interno.

Ya que las palabras «espontaneidad», «respuesta» y «responsabilidad» tienen el mismo origen latino, este nos dice algo importante sobre el verdadero significado de la espontaneidad. La espontaneidad es una respuesta a algo de lo que debemos asumir la responsabilidad. Inicialmente, es una respuesta a nuestro compromiso con el curso de la realidad fundamental. Tal como nos muestra el principio de incertidumbre de Heisenberg, nuestro compromiso con la realidad y nuestra reacción ante ella hacen que suceda esa realidad. De ese modo, nos hacemos responsables de la realidad en curso. En este sentido, la espontaneidad no puede ser un mero capricho o una mera impulsividad. No es una respuesta a una barra de chocolate o a un coche nuevo. Es la respuesta a algo que sé sin que me lo digan, algo que conozco internamente, una respuesta a mi propio compás interno. Y es la IES la que me proporciona esta capacidad de respuesta.

La IES es una forma profunda de espontaneidad, una respuesta a ese centro profundo del ser y al espacio donde está arraigado. Cuando soy profundamente espontánea, estoy con toda naturalidad en contacto con mi propio ser interior, con todo lo que forma parte de ese centro, con toda la naturaleza y sus procesos que son parte del ser y con toda la realidad universal que también es parte del ser. Cuando soy profundamente espontánea, conozco mi ser y sé que estoy en el mundo y, por tanto, asumo mi responsabilidad con el mundo. Asumo responsabilidad por los demás porque sé que forman parte de mí. No necesito reglas ni certezas ni manuales para saber cómo tratar a los demás. Esas cosas sólo entorpecen mi manera de llegar a un conocimiento verdaderamente espontáneo. Sin duda la incertidumbre y el riesgo están implícitos. Cometeré errores, pero espero aprender de ellos.

En el capítulo 10 relaté un sueño en el que yo era una bailarina impulsada interiormente, una bailarina cuyos movimientos estaban orquestados por alguna música interior. Expliqué que me brindó una profunda sensación de lo que significa realmente la verdadera espontaneidad y cómo se relaciona con la inteligencia espiritual. Justo antes de la Crucifixión, Jesús les habló a sus discípulos de algo similar.

Los actos de Juan, uno de los primeros Evangelios gnósticos (los gnósticos eran una secta que combinaba cristianismo primitivo con

misticismo y otras filosofías), nos cuenta cómo en Getsemaní, la víspera de la Crucifixión, Jesús llama a sus discípulos y les pide que formen un círculo cogiéndose de las manos. Luego se puso en medio del círculo y se puso a cantar:

> El bailarín pertenece al universo. Amén.
> Quien no baila no sabe lo que sucede. Amén.
> Si me seguís mi baile, os veréis en Mí que os hablo...
> Vosotros que danzáis, considerad lo que hago, porque vuestra
> es la pasión del Hombre que estoy a punto de sufrir. Porque
> vosotros no podéis entender de ningún modo lo que sufrís
> a menos que yo sea enviado a vosotros como Logos por el Padre.
> Aprended a sufrir y podréis no sufrir.[8]

En otro de los Evangelios gnósticos, *El evangelio de Tomás*, Jesús dice a sus discípulos: «Si sabéis quiénes sois, seréis como yo.» Según esto, él no se veía como ser divino, sino más bien como alguien que ha despertado una fuerza divina en su interior. Sentía que esa fuerza divina estaba en todos. Bailar con Jesús es sentir esa fuerza. Bailar espontáneamente con la existencia representa sentir la fuerza activa de nuestra inteligencia espiritual y saber lo que ella sabe.

DISCIPLINA Y COMPASIÓN

La espontaneidad, vinculada a respuesta y responsabilidad, también está relacionada con la disciplina y la compasión. La espontaneidad con que tomo contacto con mi ser interior se logra fortaleciendo el centro. Aprendo a controlar mis caprichos y deseos menores por medio de disciplinas como la meditación o la oración, de la práctica constante de mis capacidades o mi arte, de profunda reflexión y aguda conciencia. Mi disciplina se vuelve interior. Es una forma de fortaleza que los antiguos chinos denominaban Tao (el Camino), la profunda ley interior del ser. Chuang Tzu, uno de los grandes comentaristas del *Tao Te Ching* de Lao Tse, nos relata la disciplina de un maestro carnicero:

> El carnicero Ting cortaba un buey para el señor Wen-hui. Cada caricia de su mano, cada sacudida de su hombro, cada movimiento de sus pies era perfecto. Hacía vibrar el cuchillo y todo tenía un ritmo perfecto como si estuviera bailando la danza de las Moreras o siguiendo las cadencias de la música Ching-shou.
>
> —Es maravilloso —dijo el señor Wen-hui—. No me imaginaba que la destreza alcanzara tales cimas.
>
> El carnicero Ting dejó el cuchillo y le contestó:
>
> —Lo que importa es el Camino que va más allá de la destreza. Cuando empecé a trocear bueyes, lo único que podía ver era el buey. Al cabo de tres años, ya no veía todo el buey. Y ahora, ahora me acerco a él con mi espíritu y no lo veo con los ojos. La percepción y el entendimiento se han detenido y el espíritu va donde quiere... Un buen carnicero cambia de cuchillo una vez al año porque él corta. Un cocinero mediocre cambia de cuchillo una vez al mes porque él tajea. Hace diecinueve años que tengo este cuchillo y he troceado miles de bueyes con él, y sin embargo su hoja está tan bien templada como cuando salió de la piedra de afilar.[9]

Nosotros también nos disciplinamos mediante la compasión y a menudo mediante el sufrimiento. Compasión significa literalmente «sintiéndose junto a». Cuando siento compasión, coincido con la forma más profunda de respuesta espontánea, pero con frecuencia esto me obliga a trascender ideas racionales, prejuicios, niveles del ego y formas estilizadas de relación.

Crimen y castigo, la gran novela de Dostoievski, abunda en estos temas. Raskolnikov, un joven estudiante misérrimo, rechaza todo convencionalismo moral. «Un hombre como yo —afirma— está por encima de la ley.» Para él, las leyes son meras formas exteriores impuestas por otros, y él, como hombre inteligente, razonable y sin duda superior, debe estar libre para labrarse su propia moral. Para probarlo, se dispone a asesinar a «una vieja inútil» y demostrar así que él está por encima del castigo. En ese momento percibe su crimen como una cuestión teórica, un acto del intelecto o del ego.

Poco después, Raskolnikov sufre una culpa terrible y una fiebre altísima. Su culpa no es tanto el haber matado a la anciana, sino que por medio de su arrogancia y tozudez ha llevado a cabo un acto que daña lo divino en su interior. Se da cuenta de que ha violado una ley moral interior y pecado contra su propia conciencia. Y no puede vivir con esta carga.

Raskolnikov jamás ha sentido mayor afecto por nadie, salvo por su madre y su hermana. Sus compañeros de estudios lo rechazan por su actitud engreída. Tras el asesinato, siente que debe romper incluso con su familia y se queda absolutamente aislado. En ese mo-

mento conoce a la prostituta Sonya, una víctima de todos los prejuicios y crímenes sociales que Raskolnikov ha denunciado con vehemencia. Ella, arruinada, enferma y explotada, aún es capaz de mostrarle una fortaleza interior y una valentía moral capaces de afrontar toda adversidad. Su fortaleza estriba en la fe y el amor cristiano, pero la que le proporciona a Raskolnikov se basa en la compasión que él siente por ella.

Más tarde, cuando Raskolnikov es sentenciado y enviado a la cárcel, hace extensible esta actitud a sus camaradas, hombres que él antes hubiera descrito como «miembros del montón». Por medio de la compasión, Raskolnikov se integra en la raza humana y ahora puede aceptar su propio sufrimiento. Cumple su pena por haber violado las leyes de la sociedad, pero lo más importante es que su amor por Sonya y por los demás presos le brinda una nueva oportunidad en la vida por medio de la transformación interior. Y por medio de esta transformación, él aprende la experiencia de la humildad.

El crimen original de Raskolnikov fue posible sólo porque él ignoró su propio compás interno. Su IES estaba bloqueada por la mera fuerza de su orgullo intelectual, que le impidió ver que era un miembro más de la humanidad. Desde esa posición, asumió una superioridad intelectual que le condujo al crimen. La compasión que sintió posteriormente le permitió tomar contacto con su propio centro, a aprender lecciones de su propia conciencia y finalmente a usar su IES para reconstruir su vida e integrarse en el mundo.

12

¿QUÉ TIPO DE PERSONALIDAD TENGO?

El siguiente cuestionario nos puede dar una idea del tipo (o tipos) de personalidad que tenemos, y de ese modo podremos situarnos en los pétalos del Loto del Ser. Las preguntas son «transparentes» y no tiene sentido engañarnos. Lo único que está en juego es conocerse un poco mejor a sí mismo.

Las primeras siete preguntas de cada tipo de personalidad se refieren a intereses laborales o de ocio. Se basan sólidamente en los tests ocupacionales de Holland, pero no incluyen preguntas sobre la capacidad real de nadie. Las últimas cinco preguntas se armonizan con la obra de Cattell sobre motivación y de Jung sobre los tipos de personalidad tal como se desarrollan en el cuestionario de Myers-Briggs. Todos están explicados en el capítulo 8. Estas preguntas no están copiadas de tests anteriores y sólo se pretende que sirvan como guía preliminar.

Contesta todas las preguntas usando una hoja aparte para cada serie de doce preguntas (un total de seis hojas de papel). Contesta cada pregunta con una S (sí o probable) o N (no o improbable) tratando de elegir la que más corresponda a la verdad. Cuando hayas terminado, suma el número de respuestas S en cada hoja.

LA PERSONALIDAD CONVENCIONAL
(PERCEPCIÓN EXTROVERTIDA DE JUNG)

¿Cuáles de las siguientes cinco ocupaciones y dos actividades de ocio (o algo similar a ellas) podrían interesarte o satisfacerte en caso de tener la necesaria capacitación?

- ❑ administrativo
- ❑ recepcionista
- ❑ asistente de bibliotecario
- ❑ contable
- ❑ inspector inmobiliario
- ❑ coleccionista (por ejemplo, de antigüedades, de sellos)
- ❑ juegos de cartas.

Contesta S o N a cada una de las siguientes preguntas:

- ❑ Me gusta hacer las tareas de manera ordenada y metódica
- ❑ Mis opiniones y comportamiento son generalmente moderados
- ❑ Mi casa y mi estilo de vida son lo más prácticos y cómodos que puedo proporcionarme.
- ❑ Valoro las tradiciones de mis grupos naturales (familia, trabajo, vecindario)
- ❑ Me interesan más los acontecimientos cotidianos y reales que las discusiones filosóficas y artísticas que puedan motivar.

PERSONALIDAD SOCIAL
(SENTIMIENTO EXTROVERTIDO DE JUNG)

¿Cuáles de las siguientes cinco ocupaciones y dos actividades de ocio (o algo similar a ellas) podrían interesarte o satisfacerte en caso de tener la necesaria capacitación?

- ❑ enfermera
- ❑ maestra de escuela
- ❑ consejero
- ❑ pastor/sacerdote/rabino
- ❑ constructor
- ❑ deportes (por ejemplo, tenis, esquí)
- ❑ socio de un club.

Contesta S o N a cada una de las siguientes cinco preguntas:

- ❑ Me gusta hablar con una amplia gama de gente
- ❑ Tengo mucho tacto al expresar mis críticas o desacuerdos
- ❑ Me gusta ayudar a la gente y compartir experiencias con ellos

- ❑ Disfruto con situaciones de cooperación
- ❑ A veces siento que debo expresar más cariño del que en realidad tengo.

LA PERSONALIDAD INVESTIGADORA
(EL PENSAMIENTO INTROVERTIDO DE JUNG)

¿Cuáles de las siguientes cinco ocupaciones y dos actividades de ocio (o algo similar a ellas) podrían interesarte o satisfacerte en caso de tener la necesaria capacitación?

- ❑ programador informático
- ❑ técnico de laboratorio
- ❑ traductor
- ❑ médico
- ❑ profesor universitario, investigador
- ❑ juegos de mesa (por ejemplo, ajedrez, Scrabble)
- ❑ lectura de ensayos.

Contesta S o N a cada una de las siguientes cinco preguntas:

- ❑ Hago el esfuerzo de entender cabalmente lo que se me está diciendo
- ❑ Valoro las discusiones inteligentes sobre un tema
- ❑ Si puedo, reflexiono todo lo posible antes de tomar una decisión importante
- ❑ Me gusta estar al tanto de las últimas novedades en arte, ciencia o en mi trabajo y en el barrio
- ❑ A veces rechazo de entrada un nuevo punto de vista, pero luego veo que puede tener algún mérito.

LA PERSONALIDAD ARTÍSTICA
(LA PERCEPCIÓN INTROVERTIDA DE JUNG)

¿Cuáles de las siguientes cinco ocupaciones y dos actividades de ocio (o algo similar a ellas) podrían interesarte o satisfacerte en caso de tener la necesaria capacitación?

- ❑ escritor
- ❑ diseñador
- ❑ actor/actriz
- ❑ músico
- ❑ arquitecto
- ❑ fotógrafo
- ❑ bailarín/bailarina.

Contesta S o N a cada una de las siguientes preguntas:

- ❑ A menudo me expreso por impulso
- ❑ La gente opina que soy un poco polémico o incluso provocador
- ❑ Con frecuencia me interesan las nuevas ideas y las causas perdidas
- ❑ Admiro la originalidad en los demás
- ❑ Me interesa más la impresión de conjunto (belleza, significado) que los detalles concretos.

LA PERSONALIDAD REALISTA
(EL SENTIMIENTO INTROVERTIDO DE JUNG)

¿Cuáles de las siguientes cinco ocupaciones y dos actividades de ocio (o algo similar a ellas) podrían interesarte o satisfacerte en caso de tener la necesaria capacitación?

- ❑ cocinero
- ❑ carpintero
- ❑ óptico
- ❑ ingeniero
- ❑ granjero
- ❑ bricolage
- ❑ navegar a vela o en barca.

Contesta S o N a cada una de las siguientes cinco preguntas:

- ❑ En reuniones sociales, prefiero estar con unas pocas personas a quienes puedo realmente respetar y apreciar
- ❑ Tiendo a mantenerme firme en mis opiniones y planes pese a lo que digan los demás
- ❑ Me gustan las actividades manuales y físicas solo o en equipo

- ❑ No hago ninguna promesa a menos que esté seguro de poder cumplirla
- ❑ A veces los demás piensan que soy frío o indiferente cuando en realidad siento las cosas profundamente.

LA PERSONALIDAD EMPRENDEDORA
(EL PENSAMIENTO EXTROVERTIDO DE JUNG)

¿Cuáles de las siguientes cinco ocupaciones y dos actividades de ocio (o algo similar a ellas) podrían interesarte o satisfacerte en caso de tener la necesaria capacitación?

- ❑ representante comercial
- ❑ agente de viajes
- ❑ directivo o ejecutivo
- ❑ político
- ❑ abogado
- ❑ juegos de azar (bingo, póquer)
- ❑ viajar.

Contesta S o N a cada una de las siguientes cinco preguntas:

- ❑ Cuando salgo hago el esfuerzo de ir elegantemente vestido
- ❑ Con un grupo disfruto siendo el centro de atención
- ❑ Me gusta correr pocos riesgos en el trabajo y en mis actividades de ocio
- ❑ Me gustan las situaciones competitivas
- ❑ A veces me complico con compromisos o actos de los que luego me arrepiento.

En cada tipo de personalidad, tienes que haber puntuado entre 0 y 12. Esto indica tu interés en ese sector de la vida. Un adulto medio puntúa 6 o más en acaso tres tipos de personalidad. Por ejemplo, tú puedes haber puntuado el máximo (digamos 9) en el tipo artístico, pero también puntuaste 7 en el tipo emprendedor y 6 en el investigador. Estos son los tres pétalos del Loto del Ser a los que más te pareces e indican los caminos de desarrollo personales por los que andarás con mayor facilidad. Las circunstancias externas o una mayor necesidad de equilibrio interno pueden forzarte a desarrollarte también en otras direcciones.

En el capítulo 13 señalaré seis caminos espirituales que puede seguir un individuo para ganar más inteligencia espiritual. Al menos tres de estos caminos pueden resultarle importantes, pero a la larga uno de ellos destacará.

QUINTA PARTE

¿PODEMOS MEJORAR NUESTRA IES?

13

SEIS CAMINOS A UNA MAYOR INTELIGENCIA ESPIRITUAL

> Es inútil perder la vida en un camino, en especial si ese camino carece de corazón. Antes de embarcarte en un camino, debes preguntarte: ¿tiene corazón este camino? Si la respuesta es negativa, lo sabrás y entonces debes elegir otro. Un camino sin corazón jamás es placentero. Tienes que trabajar duro incluso para elegirlo. Por otro lado, un camino con corazón es fácil; no te hace trabajar para que te guste.
>
> CARLOS CASTANEDA, *Las enseñanzas de don Juan*

En Occidente creemos firmemente en un Camino, una Verdad, un solo Dios. Admiramos a la gente que encuentra su camino temprano en la vida y luego lo sigue sin flaquear; desconfiamos de las dudas, la incertidumbre y los propósitos inseguros. Con camino me refiero a encontrar mi propio significado profundo y mi más profunda integridad; y actuar desde mis motivaciones más profundas y lograr que esta acción repercuta en mi familia, mi comunidad, mi nación, etc. Mi camino es mi viaje por la vida, mis relaciones, mi trabajo, mis sueños y cómo vivo todas estas cosas. Seguir un camino con inteligencia espiritual o un camino con corazón es estar profundamente comprometido y dedicado.

Una persona puede ser lo bastante afortunada para encontrar temprano un genuino camino de corazón; ser médico, digamos, o maestro. De ser así, esa persona actúa desde su centro, desde las motivaciones más profundas de la vida y está en un camino espiritualmente inteligente. Pero a menudo la presión para elegir temprano y luego seguir en ello, puede determinar que la gente no llegue a conocer el amplio abanico de caminos disponibles o, aún peor, obligarles a seguir un camino sin inteligencia espiritual ni corazón. Una persona puede

ser forzada a seguir un camino por presión paterna o social u optar por él debido al ansia de reconocimiento o poder personal o un gran beneficio material. Algunos perseveran en un camino simplemente porque las circunstancias los llevaron hasta allí, pero no saben cómo abrirse. Y muchos otros piensan que carecen de cualquier camino.

Anders, el ejecutivo sueco que vimos en el capítulo 2, está en el buen camino. Desde temprana edad supo que quería servir. Dada su personalidad y su talento, decidió hacerlo por medio de su carrera empresarial, pero insiste en que su vida en la empresa sea una vida de servicio, una vida que pueda compartir con su familia y su comunidad con orgullo, una vida que dejará al mundo mejor de lo que estaba. Esta profunda motivación lo equilibra porque proviene de su centro más profundo. Cuando lo conocemos, conocemos a un hombre cuya personalidad irradia integridad. Es una fuente de inspiración.

Ser consciente de que una vida semejante es posible representa el primer paso para elevar la IES. El segundo paso es decir «yo quiero este tipo de vida» y ponerse a la tarea difícil y a veces dolorosa de descubrir dónde está mi propio centro y cuáles son realmente mis motivaciones más profundas. El compromiso a seguir un camino determinado me lleva aún más allá. Y darme cuenta de que hay muchos caminos y que si sigo algunos o todos de algún modo en el curso de mi vida podría ser mi mayor realización y también puede llegar a ser la profunda comprensión de mi inteligencia espiritual.

Debemos comprender que hay numerosos caminos; no existe un solo modo de ser espiritualmente inteligente ni un camino mejor que todos los demás. El mundo necesita cocineros, maestros, médicos, mecánicos, padres, actores, terapeutas y empresarios, espiritualmente inteligentes. Cada uno de esos caminos requiere su propia variedad de IES y cada uno encaja mejor con algunos tipos de personalidad que con otros. No hay oficio ni profesión que no pueda ser más eficaz si se lleva a cabo con una elevada IES; no hay vida que no pueda realizarse más profundamente.

Tampoco usar o elevar nuestra IES es una mera clase especial de actividad. Más bien, la IES de una actividad se mide por su profundidad y proximidad del centro, por la motivación de dicha actividad, por lo que realmente es. Puede tratarse de meditar o rezar, pero también puede ser cocinar, trabajar, hacer el amor o simplemente beber un vaso de agua; la cuestión es que esa actividad siempre emane de una pasión centrada y de las motivaciones y valores más profundos de la vida.

LOS SEIS CAMINOS

El Loto del Ser nos brinda un mapa básico de los seis tipos de personalidad, cada uno con sus asociadas motivaciones profundas, su energía psíquica y el acceso consiguiente al centro. Desde allí podemos ver un entramado de seis caminos de vida claramente diferenciados que llevan a una mayor inteligencia espiritual, seis caminos que cualquiera de nosotros puede seguir al vivir una vida con el corazón entregado. Pero también sabemos, por el modo en que está construido el Loto, que cualquiera de nosotros puede estar en más de un camino al mismo tiempo.

Los estilos de personalidad con el que se construyen los pétalos exteriores del loto —los tipos convencional, social, artístico, etc.— fueron tomados del test vocacional universalmente aplicado de Holland (véase cap. 8), el cual ilustra cómo cada individuo es una combinación de varios estilos de ego. Cada estilo está asociado con uno de los seis caminos espirituales, por tanto, la mayoría de nosotros puede encontrar algo importante si contempla la posibilidad de más de un camino, aunque probablemente descubramos que la tendencia personal va en una sola dirección general.

En el curso de la vida, el principal camino espiritual de un individuo cambia con cierta frecuencia. Lo puede hacer poco a poco o abruptamente en la crisis de los cuarenta o incluso una década más tarde. Si se trata de un genuino cambio de energía y no un mero episodio traumático, lo más posible es que sigamos en buenos términos con el camino anterior mientras le añadimos nuevas dimensiones. El hinduismo, por ejemplo, reconoce las clásicas etapas de la vida, o sea el camino del niño, del estudiante, del cabeza de familia y del santón, cada uno de ellos en consonancia con los demás y enriquecido por ellos. De hecho, todas las grandes tradiciones espirituales del mundo reconocen al menos tácitamente la necesidad de una variedad de caminos o prácticas espirituales.

Una forma típica de atascarse en el uso de la IES es tratando de resolver los problemas de un camino espiritual con los métodos apropiados para otro. Una personalidad artística o realista (caminos 4 y 5) no puede resolver problemas de dolorosa soledad simplemente participando en un grupo de personalidades convencionales (camino 1). Una personalidad investigadora, introvertida y con dificultades para expresarse (camino 3) no se puede convertir en un eficaz orador si simplemente se hace miembro de un comité (camino 6). Y no todos

los problemas matrimoniales (por lo general una combinación de caminos 4 y 5) pueden solucionarse con vocación materna o paterna (camino 2). Podemos atascarnos de este modo cuando no conocemos nuestras verdaderas alternativas. Tal como dijo el filósofo Wittgenstein: «Cuando lo único que tienes es un martillo, todo lo demás tiene aspecto de clavo.» El propósito de formular a continuación los seis caminos espirituales básicos es ofrecer una visión más completa de la «caja de herramientas» de que disponemos. Parte del material proviene del capítulo 8, pero se incluye aquí en aras de la claridad. «El énfasis religioso» se refiere a los temas o conceptos claves que se encuentran en escritos religiosos; la «práctica», a actividades tales como la oración o la cocina.

CAMINO 1
EL CAMINO DEL DEBER

Tipo de personalidad	Convencional
Motivación	Sociabilidad, pertenencia, seguridad
Arquetipos	Saturno, la tribu, participación mística
Énfasis religioso	Observancia
Mito	La alianza entre Dios y la humanidad
Práctica	Cumplir con su deber
Chacra	Base, raíz (seguridad, orden)

> Mira: hoy pongo ante ti la vida con el bien, la muerte con el mal. Si oyes el precepto de Yahvé, tu Dios, que hoy te mando de amar a Yahvé, tu Dios, seguir sus caminos y guardar sus mandamientos, decretos y preceptos, vivirás y te multiplicarás, y Yahvé, tu Dios, te bendecirá en la tierra en que vas a entrar para poseerla. Pero si se aparta tu corazón y no escuchas, sino que te dejas arrastrar a la adoración y al servicio de otros dioses, hoy te anuncio que irás a la segura ruina y que no durarás largo tiempo sobre la tierra a cuya conquista vas en pasando el Jordán. Yo invoco hoy por testigos a los cielos y a la tierra de que os he propuesto la vida y la muerte, la bendición y la maldición. Escoge la vida para que vivas, tú y tu descendencia, amando a Yahvé, tu Dios, obedeciendo su voz y adhiriéndote a Él, porque en eso está tu vida y tu perduración: en habitar la tierra que Yahvé juró a tus padres, Abraham, Isaac y Jacob, que les daría.
>
> Deuteronomio, 30: 15-20

Este camino se refiere a la pertenencia, la cooperación, la contribución y el sustento en el seno de la comunidad. La seguridad y la estabilidad dependen de nuestra experiencia con los demás y con el entorno, normalmente desde la infancia. En ese sentido, seguir este camino es importante para todos, pero para el 10-15 por ciento de los occidentales es siempre el dominante.

El Antiguo Testamento aquí citado ilustra cómo entiende este camino la conciencia occidental. El mito central en su sentido más estricto es que existe una alianza o un pacto entre Dios y su tribu. Nosotros le servimos, Él nos protege. Este mito, interpretado en términos más generales, nos dice que hay una alianza sagrada entre Dios y la humanidad. Pero sea como sea, hay que seguir ciertas reglas, cumplir ciertos deberes, recibir ciertas bendiciones. El acento siempre está puesto en ajustarse y hacer las cosas de un modo aceptable.

En los seis caminos espirituales que aquí se analizan, siempre hay un modo de vivirlos espiritualmente enfermos o un modo que nos lanza a una mayor inteligencia espiritual. Crecer en aras de una mayor IES requiere revisar las motivaciones en nombre de las cuales se está actuando y procurar hacerlo por las motivaciones más profundas y verdaderas, o sea, aprendiendo a actuar desde el centro. Aquellos que transitan naturalmente por el camino del deber son en el mejor de los casos cuidadosos, obedientes, metódicos y tradicionalistas. Pero si se sigue ese camino estando espiritualmente enfermo, puede conducir al dogmatismo, al prejuicio, a la estrechez de miras, a la falta de imaginación y dinamismo.

El modo más enfermizo de vivir este camino es motivado por el narcisismo. Se trata de una motivación para romper de forma radical con el grupo y las relaciones, para perder contacto creativo con el propio entorno y para encerrarse por completo en uno mismo. Los psicólogos incluyen entre los comportamientos más normalmente asociados con el narcisismo el consumo abusivo de tabaco y alcohol, levantarse tarde, abusar de la comida y el sexo y, en general, la necesidad de satisfacerse a uno mismo mientras se descuida o ignora a los demás y sus problemas. Se piensa que las raíces del narcisismo radican en traumas profundos, ya sean de dolor o de abandono en la infancia o en algún incidente muy traumático en la vida adulta. Una persona atascada en un estado narcisista no puede progresar sin antes afrontarlo mediante terapias o tratamientos.

Otros modos de estar espiritualmente enfermo en el camino del deber son seguir las reglas y normas del grupo simplemente por miedo, hábito, aburrimiento o por no desentonar con los demás. El primer

paso hacia una mayor inteligencia espiritual es *querer* comprenderse a sí mismo y llevar una vida más creativa. El segundo es poner al descubierto las motivaciones que nos hacen actuar y «limpiarlas». Acaso se deba pasar por un período que los budistas denominan «revulsión», un estado de profunda insatisfacción con los motivos originales, o por un período de rebelión para convertirse en el Hijo Pródigo.

A fin de seguir la senda del deber de un modo espiritualmente inteligente, yo debo *querer* pertenecer a mi grupo, asumir un compromiso interior con mi pertenencia a él y comprender por qué lo hago. Al nivel más profundo, vivo perteneciendo a mi comunidad y practicando sus rutinas cotidianas como un acto sagrado. Esas resoluciones interiores antes solían ser implantadas mediante ceremonias de iniciación, pero hoy día subsisten muy pocas en nuestra cultura. Todas estas cosas hoy requieren excavar hasta las raíces de lo que hace que la comunidad sea lo que es. ¿Cuáles son sus valores más profundos, su mito central, sus «tótems»?

Ya vimos que el mito central del camino del deber sostiene que la comunidad tiene una alianza con Dios o con alguna profunda potencialidad del espíritu humano. Tanto la Revolución Francesa como la Declaración de Independencia Norteamericana estuvieron basadas en la creencia sagrada en los derechos del hombre, los cuales, a su vez, se fundamentaban en una profunda fe en la naturaleza humana. Al Imperio Romano le inspiró la pasión de implantar el imperio de la ley en toda la humanidad. En el Imperio Británico predominó la noción de llevar la civilización, los principios de justicia y de juego limpio y los valores cristianos a «los pueblos ignorantes». La idea de «destino manifiesto», de ser responsable del bien contra el mal, aún inspira la política exterior norteamericana aunque no siempre acierten. La Alemania nazi bebió de los mitos vikingos de superioridad aria y de los valores nórdicos de fortaleza y heroísmo en la batalla por construir un nuevo Reich. Hasta las bandas callejeras y los clubes de fútbol tienen sus mitos y sus tótems, sus códigos de honor y sus uniformes, sus banderas e insignias que los simbolizan.

Al reconocer cuáles son y al jurarles conscientemente lealtad y acatamiento, uno supera en el camino del deber el mero ego y el nivel conformista. Entra en contacto con la capa arquetípica del medio del Loto del Ser donde participa en algo mayor que el mero ego y jura lealtad a algo que no siempre puede definir en términos racionales o lógicos. *Siento* lealtad hacia mi grupo, *sirvo* sus intereses, *honro* sus códigos y rituales. Lo *amo*.

Pero llegados a este punto, hay consideraciones importantes a tener en cuenta en esta etapa del camino del deber. El individuo que participa a este nivel en su comunidad puede haber logrado un progreso *personal* en su IES, pero al hacerlo tal vez ha entrado a formar parte de un movimiento mayor que no es en sí mismo espiritualmente inteligente. El camino de la obligación más profunda y sagrada debe llevarme más allá de los confines de mi propio grupo, de sus mitos y prácticas, para situarme en un sitio desde el que pueda ver con perspectiva la IES de mi grupo. Los aspectos sagrados de la vida convencional surgen del centro del Loto, del centro y la fuente del mismo ser y, de ese modo, de la fuente del grupo o comunidad. Mi obligación fundamental en el camino del deber es con esta última fuente.

Desde esta perspectiva profunda y espiritualmente inteligente del centro, veo que mi deber como personalidad convencional es con lo que tiene de sagrado la cotidianidad, y que mi comunidad definitiva es la comunidad de todos los seres sensibles. A este nivel, puedo ver que mi grupo es uno más entre muchos grupos válidos, que sus reglas unas más entre muchas reglas válidas, que mis propios usos, costumbres y prácticas son reflejos de lo que hacen todos los demás. Evito los prejuicios y el dogmatismo y me protejo de seguir a mi grupo ciegamente y de caer en el error o en el mal. Si me ato los cordones de los zapatos con esta perspectiva, si cocino, hago el amor, sumo las facturas, disciplino a mi hijo, asisto a un festival de la comunidad o juego una partida de golf con esta profunda perspectiva en mente, entonces estoy avanzando en el camino del deber de la forma más espiritualmente inteligente. Cada aspecto de mi vida aparentemente mundana y convencional es de hecho un acto sagrado, cada acción que llevo a cabo y cada actitud que sostengo es una celebración de cómo el deber y las obligaciones sirven al centro y a la fuente de la existencia. No importa qué nombre se le ponga: en la fuente, al final todos los nombres sagrados son uno solo. Lo alcanzo cumpliendo con la intención más profunda y sirviendo con decisión y conocimiento de causa lo que verdaderamente amo y valoro.

CAMINO 2
EL CAMINO DEL AMOR Y DE LA ENTREGA

Tipo de personalidad	Social
Motivación	Íntima, paterna
Arquetipos	Venus (Afrodita), la Gran Madre, tierra
Énfasis religioso	Amor, compasión, *ágape*
Mito	La Gran Madre
Práctica	Nutritiva, protectora, curativa
Chacra	Sacro (sexo, empatía, nutrición)

> Madre tierra, madre naturaleza, reina divina, que generas todas las cosas y haces salir el sol que has dado a todas las naciones; guardiana del cielo y del océano y de todos los dioses y todas las fuerzas; por tu influencia toda la naturaleza es acallada y puesta a dormir. Una vez más, cuando te place, tú envías la luz del sol y nutres a la vida con tu eterna certeza; y cuando pasa el espíritu del hombre, a ti retorna. Verdaderamente eres llamada Gran Madre de los Dioses; Victoria es tu divino nombre.
>
> Texto latino de hierbas medicinales del siglo XII[1]

Este camino se refiere a amar, nutrir, proteger y fertilizar. Es el camino de la diosa, ya se trate de una diosa de amor como Venus (o Afrodita) o de la diosa madre que da a luz y luego se ocupa de su progenie. También es la Madre Tierra que nos arraiga y nos ofrece su fertilidad. Es el eterno femenino en muchos de sus aspectos aunque su arquetipo íntimo inspire las motivaciones más profundas de algunos así como de muchas mujeres. Tal como vimos anteriormente, un 30 por ciento de la población adulta lo forman tipos sociales en el camino de la entrega. Se encuentran entre padres, maestros, enfermeras, terapeutas, asesores, trabajadores sociales y santos. También es el camino de la curación asociado con las propiedades curativas del agua, de la totalidad y de la fuerza cósmica que los chinos denominan Yin.

Tras la transición de la humanidad de cazadores y recolectores a comunidades agrícolas sedentarias, animales domésticos y familias, la entrega se convirtió en un concepto prioritario. Los mitos de la diosa, la Gran Madre, hicieron acto de presencia en numerosos lugares y perduraron miles de años. Las estatuillas neolíticas de la diosa con grandes pechos y amplias caderas datan de aproximadamente del

7000 a.C. Las religiones de la Gran Madre persistieron ampliamente hasta que fueron distorsionadas o erradicadas por movimientos patriarcales vinculados al auge de las ciudades, la frecuencia de la guerra, la gran invasión indoeuropea y la implantación de la ley. En Mesopotamia, este cambio tuvo lugar alrededor de 3500 a.C. El becerro de oro rechazado por Dios era un símbolo de fertilidad de la diosa.

Las diosas madres primitivas y sus correspondientes cultos religiosos eran polivalentes. La diosa sumeria Inanna (c. 4000 a.C.), por ejemplo, era madre, ser sexual, figura política y deidad patrona de la escritura. Han sobrevivido heroicos himnos eróticos en su honor que citan su influencia en las cosechas, su tempestuosa relación con la lluvia y las tormentas y los poderes genésicos y curativos de su útero y sus grandes pechos. El culto a Inanna anticipó el de Ishtar (Babilonia), Afrodita (Grecia) y Venus (Roma), todos relacionados con el planeta Venus, el objeto más brillante del cielo aparte el sol y la luna.

En las tradiciones orientales, la diosa madre ha mantenido su fuerza poderosa tanto en lo nutritivo como en lo sexual. Las diosas hindúes Shakti y Kali dominan la creación y la destrucción. Kwan Yin es la omnipotente diosa china de la compasión. La budista Tara, que nació de una lágrima del Buda de la Compasión, transporta a los desdichados a través del río del Sufrimiento.

Pero a medida que las figuras patriarcales empezaron a dominar Occidente, el poderío y la expansión de las diosas Madres se redujo poco a poco, dejando sólo a Venus como diosa del amor y el deseo sexual y a la Virgen María como símbolo maternal. A fines del siglo XX, vimos cierta vuelta de estas diosas de la mano del eco-feminismo, de algunos aspectos de los movimientos New Age y del tipo de curaciones utilizado en las terapias alternativas. Mucha gente cree que son indicios de un mayor retorno.

Al igual que en los demás caminos, existe una gama de modos espiritualmente enfermos o inteligentes para transitar por el camino de la entrega. El más enfermo o distorsionado es el del odio y la venganza, lo opuesto al amor y la entrega. El amor puede ser paciente y bondadoso, pero también tempestuoso, amargo y destructivo. Esas mismas cualidades que nos sustentan pueden hacernos pedazos como las figuras griegas que devoran a sus propias criaturas. La Medusa con cabeza llena de serpientes representa el aspecto mitológico del lado oscuro de la mujer.

Medusa era una bella e inocente sacerdotisa en el templo de Atenea, una deidad que poseía todas las cualidades positivas de una jo-

ven diosa. Pero fue seducida o violada por Poseidón, el dios del mar. Atenea, enfurecida y celosa, transformó a Medusa en la espantosa Gorgona, una mujer llena de odio cuyos cabellos eran un nido de víboras y cuya mirada convertía en piedra a los hombres. A través de los tiempos, Medusa ha vivido como el símbolo más poderoso tanto de la mujer ultrajada como de furia destructiva generada por el ultraje. Hablando de su propia inocencia perdida a manos de Poseidón, Medusa dice:

> Nosotras, las mujeres
> estamos hechas para amar... y el ultraje
> que convierte en hiel la miel de nuestras vidas,
> transforma al ángel en demonio. Ya que es dulce
> la terrible sensación de fuerza, y golpear
> y dejar muerto al tirano de una mirada; ah cuán dulce
> es la lujuria de poder arrebatar la vida
> de quien hiere...[2]

Con el paso del tiempo, la figura de Medusa ha sufrido muchas transformaciones. En el mito griego original, cuando el héroe Perseo decapita a Medusa, de su torso muerto nace Pegaso, el caballo alado, y se descubre que su sangre chorreante tiene poderes medicinales. La misma Medusa, y de ese modo el odio que representa, a menudo es considerada horrible y peligrosa, por supuesto, pero también acaso sea fuente de fecundidad e inspiración. Es el lado oscuro de la mujer maternal y sexual, pero tal como sucede con el lado oscuro de nuestras energías psíquicas, tiene un tremendo poder potencialmente transformador. Las mujeres y los hombres que andan por el lado oscuro de este camino se encuentran «en el límite». La furia puede destruirlos a ellos o a otros, pero esa furia también se puede convertir en un amor fiero y curativo.

Menos dramático es el caso de la madre o la amante posesiva cuyo amor aprisiona o lesiona en vez de nutrir y liberar. Ella quiere poseer al ser amado, necesita ser amada o necesita algo más de lo que ella puede amar. La madre judía o italiana de los chistes con sus sopas, su preocupación por si el otro ha ido al baño o no y su ambición de «mi hijo, el doctor» era esta clase de figura.

Relacionado con este caso está el de la madre que alimenta en demasía, del maestro que no otorga la necesaria libertad a su alumno para que aprenda por sí mismo, del padre que teme que su hijo repita sus propios errores y aprenda de ellos, de la mujer que quiere salvar a sus amantes de sus propias debilidades. Estos «ayudantes» ayudan demasiado. Al no confiar lo suficiente en los recursos y en los procesos de crecimiento de aquellos a quienes quieren ayudar, sus empeños son meros gestos vacíos que pueden resultar dañinos a la larga. El extremo opuesto es dejar de sustentar por completo e ignorar las necesidades de los demás.

Y finalmente está el padre o la madre, ayudante o amante espiritualmente enfermo y demasiado estrecho de miras. El defensor de los derechos de los animales que envía bombas a los científicos, el militante antiabortista que asesina a médicos, el recaudador de fondos para refugiados que jamás contribuye a su propia comunidad: todas estas personas manifiestan un amor mal entendido y negativo.

Estas personas están atascadas en el nivel amoroso del ego; carecen de una perspectiva amplia para incluir las necesidades genuinas de los demás. No van más allá de sí mismas ni se integran en algo mayor que ellas mismas. Por tanto, su amor no proviene de las motivaciones más profundas de este camino, que es la intimidad, ni de los valores más profundos del camino que representan el esfuerzo de ofrecer apoyo y sustento entregándose.

Para lograr ser espiritualmente inteligente en el camino de la entrega, debemos ser más abierto con la persona o personas con que tenemos una relación positiva, aprender a ser receptivos y escuchar con nuestro ser verdadero, estar dispuestos a abrirnos, a quedar expuestos, a correr el peligro de no ocultar nada a los demás. En suma, debemos ser espontáneos.

Diana, la princesa de Gales, poseía este don de escuchar atentamente y el valor de dejar al descubierto su propia vulnerabilidad. Entregaba todo su ser a los demás. Era profundamente espontánea. Amaba y necesitaba ser amada: su deseo era ser la Reina de Corazones. Estas cualidades atrajeron el cariño y la admiración del mundo entero y la convirtieron en un buen ejemplo de alguien espiritualmente inteligente en el camino de la entrega.

La psicoterapia humanista de Carl Rogers, descubierta en los años treinta pero aún popular, ilustra perfectamente este grado de entrega. Rogers resumió sus cualidades esenciales con estas palabras:

> ¿Cómo puedo proporcionar una relación que la otra persona pueda usar para su propio desarrollo personal? No sirven para nada los enfoques basados en el conocimiento, en la aceptación de algo que es *ense-*

ñado. Cuanto más genuino pueda ser yo, la relación será de mayor provecho. Sólo brindando la realidad genuina que hay en mí, la otra persona puede buscar con éxito la realidad que hay en ella... La relación es significativa hasta el punto de que yo siento un profundo deseo de comprender con total independencia de cualquier evaluación moral o científica.[3]

La visión de Rogers es una versión secular de la famosa definición que hace san Pablo en el Nuevo Testamento:

> La caridad es paciente, es benigna; no es envidiosa, no es jactanciosa, no se hincha; no es descortés, no es interesada, no se irrita, no piensa mal; no se alegra de la injusticia, se complace en la verdad; todo lo excusa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo tolera.
>
> La caridad no pasa jamás; las profecías tienen su fin, las lenguas cesarán, la ciencia se desvanecerá.
>
> I Corintios, 13: 4-8

Estas palabras, acaso las más grandes que se hayan escrito jamás sobre el amor, indican el modo más espiritualmente inteligente de avanzar por el camino del amor y de la entrega. Porque no basta con ser espiritualmente inteligente acerca del amor. No basta con aceptar al otro tal como lo encontramos sin hacer nada por satisfacer sus necesidades o reconocer su propia realidad. La espiritualidad profunda, el centro espiritualmente inteligente del ser, se refiere a lo potencial; es sobre lo que nosotros y los otros podemos llegar a convertirnos o sobre lo que somos pese a lo que digamos. El amor que corresponde a una inteligencia altamente espiritual es transformador, nos abre a una más alta expresión de nosotros mismos y permite que el otro vaya más allá de sí mismo.

Sin duda, una paternidad sabia alimenta el potencial de nuestros hijos. Los padres espiritualmente inteligentes no hacen una mera imposición de sus propios valores y expectativas en su hijo. Ellos ofrecen un espacio, un terreno nutritivo en el que puede crecer el vástago yendo más allá de sus padres e incluso de sí mismo.

Quizá sea fácil amar a nuestros hijos de este modo, pero también es importante ver y alimentar el potencial de aquellos que no necesariamente nos caen tan simpáticos a primera vista. Los criminales sexuales que visité en la penitenciaría me parecieron repulsivos de entrada, y sus delitos no dejan ninguna duda al respecto. No obstante,

si podemos conocer y valorar la humanidad y el potencial inutilizado de semejante gente destrozada, podemos reflejar en ellos el bien que existe en su interior. Les dejamos sentir el ser profundo que hay en el interior de todos, y al hacerlo los transformamos y nos transformamos. También ayudamos a transformar el mundo. La madre Teresa transitó el camino del amor y la entrega a este nivel.

CAMINO 3
EL CAMINO DEL CONOCIMIENTO

Tipo de personalidad	Investigadora
Motivación	Comprensión, conocimiento, exploración
Arquetipos	Mercurio (Hermes), aire, fuego, Guía
Énfasis religioso	Comprensión, estudio
Mito	La Caverna de Platón
Práctica	Estudio, experiencia
Chacra	Plexo solar (calor fuerte y Luz)

> Porque Yahvé, tu Dios, es fuego abrasador, es un Dios celoso.
>
> Deuteronomio 4:24

> Una cualidad de santidad, una cualidad de poder,
> una cualidad de temor, una cualidad de sublimidad,
> una cualidad de temblores, una cualidad de estremecimiento,
> es la cualidad del Vestido de Zohariel, YHWH, Dios de Israel.
> Que llega coronado al Trono de la gloria...
> Y ninguna criatura le puede posar la mirada,
> ningún ojo de carne y de sangre, tampoco los ojos de su Siervos.
> Y a cualquiera que le mira o lo ve o lo percibe,
> le giran los ojos en las órbitas y las bolas de sus ojos
> echan llamaradas de fuego
> que le encienden y le queman...
>
> *Zohar*, texto místico judío del siglo XII[4]

El camino del conocimiento abarca desde comprender problemas prácticos generales, la búsqueda filosófica de la verdad, la búsqueda espiritual de Dios y su Voluntad hasta la unión definitiva con Él por medio del conocimiento. Incluso el interrogante antes citado de John Lennon («¿Cómo puedo ir adelante si no sé adónde voy?») señala que

cualquier actividad vital que se dirija a alguna parte requiere un mapa —aunque sea rudimentario— y la voluntad de adentrarse en ese territorio. Esto puede ocurrir a todos los niveles, desde planificar un acontecimiento social hasta la elección de una carrera o de un socio o formarse una visión profunda del cosmos y de nuestro sitio en él.

Se trata de un camino que empieza por simple curiosidad y necesidad práctica, pero que a medida que se ahonda la pasión, nos lleva al mismo límite de lo que puede contener nuestro entendimiento e incluso nuestro ser. El Dios hebreo habló a su pueblo a través de las zarzas ardiendo. El conocimiento profundo nos lleva a ser casi consumidos por ese fuego.

Al principio de la historia de la civilización, se consideraba que el conocimiento y el discernimiento eran propios de chamanes y sacerdotes. La gente común seguía sus consejos o hacía lo que le ordenaban. La idea de que un número más amplio de gente pudiera realizar un progreso espiritual mediante el conocimiento o el discernimiento penetró en Occidente gracias al orfismo, una religión griega que floreció alrededor del 800 a.C. Orfeo creía que los seres humanos eran una mezcla de origen celestial y terrenal. Por medio del conocimiento «entusiasta», visto como una especie de pasión intoxicada, una persona podía purificarse de su componente terrenal y llegar a unirse con Dios. Esto requería varias vidas entre las cuales el alma del muerto visitaba una fuente en el Hades y bebía de la fuente del Olvido o de la del Recuerdo. Si bebía de esta última daba pie a la salvación porque la salvación requiere conocimiento, y para comprender es menester recordar.

Por tanto, el entusiasta órfico poseía un conocimiento místico imposible de lograr por otros medios. El gran filósofo Pitágoras fue un seguidor del orfismo y quien introdujo en la tradición occidental esta noción de conocimiento místico salvador. Platón creía que este conocimiento místico nos brinda una percepción más profunda y verdadera de la realidad que no conseguiríamos de otra manera. Nos permite percibir las formas puras de la Belleza, la Verdad, el Bien, o el Uno. Ilustró esta idea con su famosa parábola de la Caverna.

En la parábola, los seres humanos habitan en la profundidad de una caverna; sus cuerpos están encadenados y los cuellos engrillados de modo que sólo pueden mirar la pared de la caverna. En la pared ven sombras de objetos que proyectan los transeúntes. Los moradores de la caverna consideran que esas sombras son la misma realidad.

Pero por medio del conocimiento místico logran poco a poco su liberación. Llegan a la entrada de la caverna y la luz les deslumbra. Pero entonces aprenden a ver con la luz y saben cómo es de verdad la realidad. Se dan cuenta de que en su ignorancia sólo veían la sombra de las cosas. El objetivo de la filosofía platónica es crear una conciencia semejante.

La búsqueda de una realidad más allá de las apariencias ha inspirado gran parte del cristianismo, el gnosticismo, la magia y la alquimia renacentista, la ciencia moderna y la obra de grandes pensadores como Freud y Marx. Tanto el subconsciente freudiano como la conciencia de clases marxista fueron ejemplos del velo de ignorancia. La verdad no es evidente de entrada sino que debe ser revelada por medio de alguna disciplina especial ya sea la oración o la meditación, el estudio, la experimentación de laboratorio, quitando defensas psicológicas (Freud) o presiones sociales (Marx). En los términos usados por el filósofo de la ciencia Thomas Kuhn, la comprensión realmente profunda y verdadera requiere que pasemos por un «cambio de paradigma», o sea, que aprendamos a ver las cosas de una manera totalmente nueva.

El camino del conocimiento es transitado por quienes están motivados por un amor a aprender o una necesidad profunda de comprender, como son los estudiosos, los científicos y los médicos. El emblema mundial de los médicos es el caduceo, un haz de varas en torno a las cuales se enrosca la serpiente de Epidauro y que fue usado originalmente por Hermes (Mercurio), heraldo de los dioses y mentor de los hombres. El tercero de los chacras hindúes, el plexo solar, está asociado con la comprensión y también con el fuego y la luz. Se trata de una comprensión más amplia que la mera lógica o razón. En su versión más profunda es la comprensión del alma transportada por las visiones de la literatura, el arte, la poesía y la gran ciencia, y vivida como una intensa experiencia. Pienso en Arquímedes saltando desnudo de la bañera y corriendo por las calles al grito de «¡Eureka!». Había descubierto el principio físico de la flotación.

El conocimiento y la comprensión son cosas importantes que llevan a un profundo compromiso con el mundo exterior o interior. La forma negativa de este camino es el hombre o la mujer que se niega al compromiso y prefiere no entender. Mi madre solía decirme que yo hacía demasiadas preguntas y que eso sólo me causaría sufrimiento. «Yo me niego a preguntar», decía. A esas personas les parece peligroso o incluso doloroso reflexionar sobre sus experiencias; de ese

modo, quedan atrapadas en la superficie de las cosas o perdidas ante las sombras de la pared de su propia caverna.

También en el lado oscuro de este camino transita el legendario Fausto, alguien muy distinto de quienes se niegan al conocimiento. Tanto desea el poder que le puede brindar el conocimiento que está dispuesto a vender su alma al diablo a fin de poseerlo. Los científicos que se empeñan en una investigación moralmente dudosa, sólo en pos del poder o de la mera emoción del descubrimiento, están formados en el molde fáustico.

Otro modo espiritualmente enfermo de andar por el camino del conocimiento es el del frío y aburrido pedante a quien sólo le preocupa una diminuta parcela de conocimiento o algún aislado problema intelectual. Alguna gente siente una pasión intensa por su trabajo, pero se encadena al servicio de lo minúsculo y se aleja de un conocimiento más amplio y abierto de la vida y la realidad verdadera. El personaje Casaubon, de la novela *Mediados de marzo*, de George Eliot, es el arquetipo del pedante; se trata de un hombre de estrecha mentalidad con una nariz delgada y puntiaguda que ha dedicado toda su vida a la realización de su «gran obra», una mísera colección de mediocridades superficiales sin la menor visión redentora. Muchos miembros de la comunidad académica están cortados por el mismo patrón. Lo opuesto es la amplia y etérea perspectiva de un pájaro o de una persona desde la cima de una montaña.

Uno de los legados más negativos de Newton es la posibilidad de andar por el camino del conocimiento de un modo espiritualmente enfermizo. El arquetipo newtoniano, ya se trate de un científico, educador o un consultor empresarial, aísla el conocimiento y se ocupa de pequeñas parcelas del mismo. Aísla el conocimiento de las cosas del de las personas, de los procesos trascendentes y de la vida en general. Se limita a lo que puede ser cuantificado, desconfía de los sentimientos y confía demasiado en la lógica y la razón. Se encierra en su propia versión de la caverna y sus sombras.

La progresión natural de la IES parte de la reflexión y llega a la sabiduría pasando por la comprensión. El modo espiritualmente inteligente de resolver cualquier problema teórico o práctico es ponerlo en una perspectiva amplia desde la cual se lo puede ver con la mayor claridad posible. La perspectiva más profunda es la que emana del centro, del último significado o valor que inspira esa situación o problema. El logro de esa perspectiva empieza con un proceso de simple reflexión: repasando las circunstancias o el proceso, centrándose en

las dificultades y pensando en cómo se han producido. Esta reflexión es una necesidad cotidiana en la vida espiritualmente inteligente. El paso siguiente es pensar en las posibles alternativas a la actual situación y reflexionar en las consecuencias de optar por cualquiera de esas alternativas. Esto conduce a una comprensión de cómo se puede mejorar la situación o si ciertamente se la debe mejorar en primer lugar.

Puede darse el caso, por ejemplo, de padecer una seria enfermedad. Mi primera obligación es pensar en cómo me enfermé y luego en los medios y modos de curarme, incluyendo la consulta a expertos. Pero puede ser que se trate de una enfermedad mortal. Si es así, la comprensión haría que yo contemplase la enfermedad en el mayor contexto de la vida y la muerte; o sea, que viera mi propia vida en su contexto de finitud. Esto me llevaría a una reflexión más profunda de cómo quiero vivir el tiempo que me queda y cómo quiero «vivir» mi muerte. Inevitablemente esto provocaría una reflexión aún más profunda sobre lo que realmente valoro en la vida, sobre cuál ha sido el sentido de la vida para mí, sobre lo que espero dejar tras mi desaparición y lo que eso significa para mí. Si a través de este proceso de reflexión soy capaz de lograr una perspectiva amplia sobre mi muerte inminente, puedo alcanzar la sabiduría, y con ella, la paz.

Todo conocimiento verdaderamente profundo representa un compromiso con el centro. Jesús dijo que se debía morir ante lo viejo a fin de renacer para lo nuevo. El conocimiento nuevo sitúa lo que he sabido en un contexto diferente y a veces invalidándolo. El conocimiento profundo transforma mi propio ser y, al hacerlo, paso por la prueba del fuego que consume lo que fui previamente. Por esta razón, el camino del conocimiento requiere la disciplina de la reflexión, la oración, la meditación y el estudio. Hay un famoso cuento en la tradición mística judía que lo ilustra.

El rabino Akiba y tres más entran en el bosque. Pero antes de poder salir, uno de ellos muere, otro se hace apóstata y el tercero enloquece. Sólo el rabino emerge del bosque a salvo. En este caso, el bosque es un símbolo del conocimiento místico, la clase de conocimiento que une al que sabe con lo más sagrado. La moraleja es que el rabino Akiba, antes de entrar en el bosque (el camino místico), había estudiado la Ley y la tradición judías durante muchos años. Había orado y disciplinado tanto el cuerpo como la mente, lo que le permitió superar el fuego del conocimiento místico. Los otros tres hombres habían intentado tomar un atajo espiritual.

CAMINO 4
EL CAMINO DE LA TRANSFORMACIÓN PERSONAL

Tipo de personalidad	Artístico
Motivación	Creatividad, Eros, instinto vital
Arquetipos	Luna (Diana), Artemisa, el caldero, la mujer sabia, la sombra
Énfasis religioso	Totalidad, búsqueda, individuación (Jung), ritual
Mito	Viaje a los Infiernos, el Santo Grial
Práctica	Trabajo onírico, diálogo
Chacra	Corazón (compromiso)

> Michael Robartes recuerda la belleza olvidada y, cuando la abraza, aprieta en sus brazos la belleza que ha desaparecido hace tantísimo del mundo. No ésta. De ningún modo. Yo deseo abrazar la belleza que aún no ha irrumpido en el mundo...
>
> ... Mamá está poniendo en orden mis nuevas ropas de segunda mano. Reza, dice, para que yo aprenda lo que es el corazón y cómo siente cuando viva lejos de casa y de los amigos. Amén. Así sea. ¡Bienvenida, oh Vida! Iré a encontrar por millonésima vez la realidad de la experiencia y a crear en la forja de mi alma la conciencia inexistente de mi raza.
>
> JAMES JOYCE, *Retrato del artista adolescente*

«Yo deseo abrazar la belleza que aún no ha irrumpido en el mundo» para «crear en la forja de mi alma la conciencia inexistente de mi raza». La visión de Joyce de sí mismo como adolescente y joven artista expresa la pasión creativa y el poder transformador que alienta a la personalidad artística. La gente que discurre por este camino puede generar capacidades hasta entonces inexistentes, sentimientos nunca vividos, visiones jamás vistas, pensamientos todavía sin conceptuar, etc. Son lo que el poeta Rilke llama «abejas de lo invisible». Escritores, poetas, pintores, músicos y demás constituyen el 10-15 por ciento de la población. Pero la mayoría de nosotros, nada más que por virtud de ser humanos y en posesión de alguna inteligencia espiritual, anda por este camino de algún modo.

La esencia de la tarea psicológica y espiritual que afrontan quienes van por el camino de la transformación es la integración personal

y transpersonal. Esto significa que debemos explorar las alturas y las profundidades de nosotros mismos y soldar las partes separadas de nuestros seres fragmentados hasta convertirnos en una persona independiente e íntegra. En ese sentido, este camino es trascendental para todos. Sus desafíos cotidianos forman parte de la adolescencia y son un aspecto familiar de la crisis de los cuarenta, aunque pueden activarse en cualquier edad. Pero para el tipo artístico *per se* el camino de la integración personal, en su forma más espiritualmente inteligente, nos lleva necesariamente al terreno de la integración transpersonal; es decir, encontrar los aspectos perdidos o fragmentados de nuestro ser profundo a niveles que están más allá del ego y de la cultura existente y pescar allí en el pozo infinito del centro.

Este camino es el más relacionado con el *punto divino* de actividad cerebral, con las personalidades más abiertas a las experiencias místicas, con las emociones más extremas, con quienes son tildados de «excéntricos» o diferentes y con quienes a menudo deben batallar por su salud mental (y a veces perder). Ya vimos en el capítulo 5 que la actividad del *punto divino*, la capacidad artística, la experiencia espiritual y el desequilibrio mental están íntimamente interrelacionados. Por esta razón, con frecuencia se piensa que los artistas son los Sanadores Heridos (o chamanes) de la sociedad, gente que debe realizar terribles viajes a lo desconocido en un intento por recuperar las partes perdidas de ellos mismos. Pueden fallar, pero en el proceso del viaje traen de regreso algún tesoro que cura a los demás. Estos dolores de parto son el tema de parte de la gran literatura del mundo. Dante, por ejemplo, habla de su propio viaje al Bosque Tenebroso que luego hizo posible su visión del Paraíso:

> Pero en el fondo lejano de ese valle del mal
> Cuyo laberinto había llenado de miedo mi corazón,
> Me encontré delante de un pequeño repecho
>
> Y levanté la mirada. Sus hombros ya brillaban
> Con los dulces rayos de aquel planeta
> Cuyas virtudes llevan a los hombres en el camino recto,
>
> Y el resplandor me fortaleció contra el miedo
> Desatado en el lago de mi corazón
> A través de los terrores de aquella lúgubre noche.

Al igual que el nadador que con su último aliento
Llega a tierra del mar peligroso y mira en un intento
De memorizar las vastas aguas de su muerte,

Yo me volví, mi alma fugitiva de la imagen
Superviviente de la muerte, a contemplar
Aquel paso del que nadie salió jamás con vida.[5]

La metáfora evidente es la del viaje al infierno, al reino de la muerte o de la Sombra: Deméter va a Hares a la busca de su hija Perséfona que había sido secuestrada por Pluto; Orfeo entra en el reino de los muertos a recuperar a su perdida Eurídice. Cada noche algunos de nosotros hacemos este viaje cuando luchamos contra las pesadillas. Otros lo hacen por medio de ataques de locura o crisis nerviosas. En cada uno de estos viajes hay una sensación desesperada de que se busca algo, y de que incluso se tiene que hacer un sacrificio, acaso permanente, a fin de encontrarlo.

La búsqueda del Santo Grial en la leyenda del rey Arturo es otro mito relacionado con el camino de la transformación.[6] Aquí la Tierra del Rey Pez (Pelles) es un erial, el rey está herido y sólo el Grial puede solucionar las cosas. El reino de Arturo también necesita curación. Hay ciento cincuenta caballeros de la Mesa Redonda y cada uno de ellos realiza su propia búsqueda en el bosque sombrío, pero sólo tres de ellos *ven* el Grial. En el mito artúrico, lo que amenaza al reino es la batalla ente Arturo y su hijo Mordred. Arturo representa las fuerzas de la Salud y Mordred, las de las Tinieblas (la Sombra). El Grial es la fuerza que puede sanar la herida, pero el reino resulta destruido por la guerra civil. El moderno mito de *Star Wars* tiene el mismo tema, pero un final más feliz: Luke Skywalker salva a su padre, Darth Valder, de las fuerzas del Mal y con ello libera al Imperio del espectro de la destrucción.

Dos tipos distintos de arte pueden surgir de estas búsquedas o viajes al infierno. Si la curación resultante se da a un nivel personal, tenemos arte personal o «cotidiano»; es decir, una pintura, una novela, un estilo de vestimenta o una relación profunda que cura al artista. Si la curación se produce en un plano transpersonal, más allá del ego y la cultura existente, tenemos arte «grande» o transpersonal, el arte de un Bach, de un Dante o de un Dostoievski, que puede sanar a toda una cultura. El novelista E. M. Forster lo denomina «arte profético» porque profetiza lo nuevo y ciertamente crea lo nuevo. Aquí también

el arte puede coger la forma de una relación —o ser inspirado por ella— que se manifiesta en el plano transpersonal: Dante y Beatrice, Fausto y Gretchen.

Eros —el instinto vital para Freud— representa la energía motivadora de este camino. Eros es la atracción creativa de opuestos y el orden resultante. Es el orden que sale del caos. En la mitología griega, al principio era el Caos y entonces nació Eros, que podía poner orden en el universo. La esencia de cualquier arte consiste en proporcionar algún orden al universo. Y la diosa patrona es Diana, la diosa lunar, cuyo conocimiento pertenece a la Noche y cuya luz es la luz de la Noche. En este camino no debemos temer a la Oscuridad, pero tampoco dejar de luchar contra las Tinieblas, ni debe acobardarnos el dolor ni las peligrosas amenazas que ello implica. A menudo, el artista sigue adelante porque está dispuesto a descubrir aspectos de la psique, la cultura o la especie que rechazan los demás.

Hay una historia sobre Milarepa, mago y poeta del siglo XII y uno de los grandes maestros del budismo. Milarepa habitaba en las cuevas de una remota montaña. Un día, al volver a su cueva, se la encontró invadida por siete demonios feroces y amenazadores. Pensó que podía huir o alejar a los demonios. Optó por alejarlos y así lo hizo con seis de ellos usando su magia tradicional. Pero el séptimo se negó a marcharse. Milarepa razonó que ese demonio era una criatura de su propia imaginación y que sólo existía mediante su propia capacidad de sentir miedo. La historia continúa con Milarepa ofreciéndole compasión y hospitalidad al demonio. «Con cariño y compasión y sin miramientos con su propio cuerpo, Milarepa puso la cabeza dentro de las fauces del demonio, pero el demonio no se lo pudo zampar y desapareció como un arco iris.»[7]

Al poner la cabeza en la boca del demonio, Milarepa se mostró dispuesto a llegar al límite. Ya hemos visto que toda creatividad tiene lugar en el borde del caos, y en el límite...

entre lo conocido y lo desconocido
entre lo conocido y lo ignorado
entre el significado y el absurdo
entre la creatividad y la confusión
entre el júbilo y la depresión
entre la salud mental y la locura
entre la alegría y la desesperación
entre la resistencia y la tentación

entre el bien y el mal
entre la Luz y las Tinieblas
entre los vivos y los muertos
entre la seguridad y el terror
entre el frenesí y el control
entre el éxtasis y la nada
entre el amor y su pérdida
entre el amor y su ausencia
entre...

El listado es infinito.

El riesgo de acercarse al límite es que podemos perder la cabeza. Las fauces del demonio suelen ser muy rápidas, pero el riesgo de no acercarse es que vivamos a la sombra de este camino o que lo transitemos de un modo espiritualmente enfermizo.

La sombra de la creatividad es la destrucción o el nihilismo, el «deseo letal» de Freud. Quienes están en este camino son propensos a entregarse con pasión al comportamiento autodestructivo o tienden a buscar y crear cosas grotescas. Se trata de creatividad vuelta contra sí misma: son los vándalos que destruyen una mansión, quienes hacen gala de violencia gratuita o los «artistas» que exhiben carcasas de reses pútridas o fetos abortados dentro de una jarra. Son los enemigos de las formas, enemigos de la misma vida, pero son enemigos apasionados. Están tan impulsados al daño y lo grotesco como el artista positivo en su busca de equilibrio o belleza.

Otros seres espiritualmente enfermos que andan por este camino de transformación son los estetas, que producen obras estériles y divorciadas de la vitalidad. Les apasiona la adquisición y la ostentación. También están los que imponen formas arbitrarias sin referencia al crecimiento orgánico o al caos original. Esta gente ama la línea recta y los ángulos nítidos. No pueden soportar que algo esté fuera de su sitio.

Lo opuesto al orden es el caos y tener una tendencia fuerte al caos a menudo sólo arroja desastres como resultado. Los perpetradores de tales engendros son personas temerosas de la forma o el orden, se resisten a comprometerse, se rebelan por el mero hecho de rebelarse y están en desacuerdo con casi todo. Los más desgraciados luchan incluso contra su orden interior, llegan tarde a las citas, no entregan sus trabajos a tiempo y sufren el «bloqueo» del escritor, o sea que se les corta la inspiración.

Los dos extremos espiritualmente enfermos que acabamos de

describir son fruto de una incapacidad para conocer y vivir los conflictos. La personalidad artística es especialmente conflictiva ya que el conflicto puede brindarles motivación creadora. Poseen la capacidad de conocer y experimentar los extremos de la luz y las tinieblas, o sea, del júbilo y la desesperación. El miedo a los conflictos o el intentar evitarlos representa alejarse de la inteligencia espiritual; la predisposición de afrontar y tratar de resolver los conflictos es un modo de acercarse a ella. Pero las personalidades en el límite también pueden ser demasiado inestables para embarcarse en este peligroso viaje.

Una predisposición a recordar los sueños y reflexionar al respecto, a entablar un diálogo creativo con uno mismo o los demás, meter, en una palabra, la cabeza en las fauces del demonio, todo esto conduce a una mayor inteligencia espiritual. Cuanto más extremos los conflictos, más exóticos los sueños y las fantasías, más posible es que nos arraiguemos en algún aspecto de la realidad cotidiana: una relación, una familia, una rutina, una disciplina. Jung dio el mérito a su familia y a su trabajo el haberse podido conservar moderadamente sano durante el viaje de siete años que casi le conduce a la locura.

El viaje más espiritualmente inteligente que existe en este camino es la travesía al centro. Es un viaje de increíbles terrores para el que se requiere una gran fe. Y es menester la voluntad de matar el propio ego y que allí no quede más que el tesoro que uno finalmente encuentra y el poder curativo que puede beneficiar a los demás. Esto, a su vez, requiere superar el conflicto más profundo que es el miedo a la muerte.

CAMINO 5
EL CAMINO DE LA HERMANDAD

Tipo de personalidad	Realista
Motivación	Construcción, ciudadanía
Arquetipos	Marte (Ares), Gaia, Adam Kadmon, la Espada
Énfasis religioso	Hermandad universal, espíritu de sacrificio, justicia
Mito	Alma universal, red de Indra
Práctica	Cambios de papel, construcción del «contenedor» de diálogo
Chacra	Garganta (lucha contra lo secundario)

La misma corriente de vida que fluye por mis venas noche y día corre a través del mundo y baila en medidas rítmicas.

Es la misma vida que explota de alegría por el polvo de la tierra en innumerables hojas de hierba y rompe en tumultuosas olas de hojas y flores.

Es la misma vida que se mece en la cuna del océano, en nacimiento y muerte, en flujo y reflujo.

Siento que mis piernas están hechas por la caricia de este mundo de vida. Y mi orgullo proviene de vitales latidos que bailan en mi sangre en este mismo momento.

¿Acaso no logras alegrarte con la alegría de este ritmo? ¿De ser arrojado y perdido y roto en los remolinos de esta alegría temerosa?

Todo continúa, nada se detiene, no mira hacia atrás, ningún poder lo puede retener, sigue adelante.

Manteniendo el paso con esa música incansable y rápida, las estaciones llegan bailando y se alejan. Colores, melodías y perfumes manan en interminables cascadas en la alegría abundante que se desparrama, cede y muere a cada momento.

RABINDRANATH TAGORE[8]

Mark Smith es un ingeniero altamente capacitado que trabaja como vicepresidente de operaciones de una compañía norteamericana. Acaba de cumplir los cuarenta y tiene una familia numerosa. Mark es del tipo realista. Es de pocas palabras. No expresa muchas emociones y jamás habla de ellas. Es ambicioso, competitivo y desea lo mejor para su familia. Le enorgullece su profesión y siente una intensa lealtad hacia sus colegas en el trabajo. Tiene un hondo sentido de la justicia. En los fines de semana, disfruta de la barbacoa con la familia, lava su furgoneta y pone a punto su barca.

Mark es diferente del tipo realista medio sólo porque los hechos le han obligado a transitar una versión más espiritualmente inteligente del camino de su vida. Sufre un cáncer terminal que puede matarlo antes de dos años. No expresa gran emoción al respecto y no le gusta hablar de ello, pero los profundos efectos espirituales de su enfermedad se revelan en su personalidad. Mientras su mujer (de personalidad social) llora cada día e indaga toda la información disponible para una posible cura, Mark sólo dice que quiere seguir adelante con su vida. «Ahora estoy aquí —dice—, y quiero hacerlo lo mejor posible mientras pueda.» Irradia una calma y una fortaleza que ayudan a su familia y sus amigos mientras se cierne la tragedia.

Pese al exterior poco atractivo de la personalidad realista (20 por ciento de la población, la mayoría hombres), su camino de hermandad puede resultar uno de los más avanzados espiritualmente. Esta gente, hecha típicamente en lo que John Gray (*Los hombres son de Marte; las mujeres son de Venus*) denominaría «el molde marciano» —taciturna, práctica, que va al grano y se muestra incómoda ante la expresión de sentimientos— puede llegar a ejemplificar los ideales del héroe o del valiente guerrero. Los personajes de Hemingway encajan en este molde. En su mejor momento, luchan e incluso mueren por lo que creen justo. Aman su grupo, sus camaradas y tienen un intenso sentimiento de hermandad. Su falta de miedo y de preocupación ante la muerte tiene profundas raíces filosóficas y espirituales en los mitos que inspiran este camino.

Ya en tiempos de la antigua Grecia y del filósofo Plotino, Occidente poseía el mito de un alma universal o alma del mundo de la que forman parte las almas individuales. En tiempos más recientes, los filósofos Hegel y Schopenhauer hablaron de la misma realidad. Los místicos judíos humanizaron la palabra alma creando a Adam Kadmon, el hombre perfecto, de quien todos formamos parte. El escritor norteamericano Ralph Waldo Emerson la llamó «esa Unidad, esa Gran Alma, dentro de la cual está contenido el ser particular de cada hombre y donde se unen todos; ese corazón común del que toda conversación sincera es oración».[9] Tal vez la descripción más impresionante provenga de un sutra budista: «Se dice que en el cielo de Indra hay un collar de perlas dispuesto de tal manera que si miras a una perla ves a todas las demás reflejadas en ella. Del mismo modo, cada objeto en el mundo no es meramente sí mismo, sino que implica a todos los demás objetos y de hecho lo *es*.»[10]

La ciencia contemporánea presenta la misma realidad holística en el holograma, una fotografía basada en láser en la que toda la imagen está contenida en cada parte diminuta de la imagen proyectada. El muy moderno mito científico de Gaia describe la tierra y todas las criaturas que la habitan como un único organismo vivo.

Este camino logra que quienes lo siguen superen el miedo a la muerte porque los conduce al reino de un alma que nunca muere, donde el alma individual es y siempre será parte de la mayor y eterna alma del mundo. Según el filósofo yoga Sri Aurobindo, son especialmente esas cualidades del alma que se desarrollan en el camino de la hermandad y luego en el consiguiente camino del liderazgo de servicio las que permanecen eternas. Se reencarnan como un profundo «humor» de fondo en la siguiente persona de la próxima vida. La ta-

rea espiritual de quienes transitan por este camino es tomar contacto con esa región más profunda de todos los hombres en la que se arraigan sus egos. La disciplina espiritual que hace esto posible es la búsqueda valiente e intransigente de la justicia.

Aquellos que discurren por el camino 2, el del amor y la entrega, a menudo soportan una relación desigual con quienes aman y cuidan. Hay una asimetría natural en la relación de una madre con sus hijos. La de ella normalmente es comprometida y recalca la función de ayudar y curar. La gente del camino 2 también acentúa el afecto y la empatía; hace lo que esté en sus manos para minimizar cualquier antipatía o conflicto existente. La justicia requiere capacidad de ver y aceptar emociones positivas y negativas y el éxito y fracaso de los demás. La justicia requiere un sentido de igualdad para todas las demandas que puedan hacerme a cualquier nivel y un sabio reconocimiento de que los individuos son distintos y que los conflictos forman parte real de la vida. Andar por este camino es dejar a un lado mis preferencias, mis posibles ganancias y mi propio sillón en la jerarquía de poder.

El filósofo contemporáneo John Rawls, de la Universidad de Harvard, describe cómo manejar las demandas en este camino. Según Rawls, cuando me solicitan que tome una decisión sobre la distribución de derechos o de bienes en mi sociedad, debo hacerlo sin tener en cuenta mi posición resultante. Podría convertirme en uno de los protagonistas de la sociedad, pero yo debo ignorar a sabiendas el papel que podría tocarme cuando decido a quién le toca qué. En este sentido, los principios de justicia que defiendo deben estar libres de intereses personales. Como individuo, mis decisiones pueden resultar erróneas o desinformadas; por tanto, yo debo participar idealmente en un grupo del que cada miembro contribuye con su punto de vista. Esta es la filosofía que subyace en la democracia ideal: cada persona debe dar prioridad al bien común. Desde luego, la actual política está lejos de ese ideal. El parlamento original de Atenas, que funcionaba como un grupo de diálogo, lograba el éxito con mayor frecuencia. Y en la actualidad, los cuáqueros y otros grupos reducidos alcanzan a menudo un pleno funcionamiento social.

La forma negativa de este camino de totalidad y espontaneidad es el odio a sí mismo: la persona que no puede creer en sí misma, el automarginado, el cobarde. Estar espiritualmente enfermo en este camino representa vivir del modo más mezquino. Significa interesarse sólo en las tareas prácticas más fáciles, no hacer el menor esfuerzo

por comunicarse o integrarse con los demás, ser emocionalmente perezoso. «Los sentimientos dan demasiados problemas», dice el marciano de John Gray en su versión más cruda mientras se pasa el día reparando su moto, sólo interesado en deportes y motores, viendo el poder sólo en aras de su propio beneficio personal, competitivo hasta el punto de negarse a cooperar en cualquier circunstancia, reuniéndose con compinches iguales a él, incapaz de reaccionar emocionalmente ante las mujeres y atascado en el aquí y ahora.

Para el tipo realista, el primer paso hacia una mayor inteligencia espiritual debe ser alguna sensación de insatisfacción con el estado de las cosas; un aburrimiento de mis propios estrechos intereses, una soledad debida a mi carencia de contacto emocional, una frustración ante mi incapacidad para expresar mis pensamientos y sentimientos. En segundo lugar, debo tener la honestidad de admitir que se trata de fracasos propios. No se trata de que no encuentro la persona apropiada o el grupo compatible ni intereses hechos a mi medida. Debo *querer* ser diferente, debo desear ampliar mi horizonte y mis intereses personales, tengo que desear pertenecer a grupos más amplios y más diversos.

Al igual que Mark Smith, muchos tipos realistas avanzan por este camino mediante desafíos: dan batalla, luchan por sus seres queridos, luchan por una causa en la que creen, perseveran para construir una comunidad, afrontan la muerte.

En última instancia, se trata de un camino de servicio transpersonal arraigado en la realidad transpersonal de aquellas partes del alma que jamás mueren; aquellas partes del ser que trascienden el ego. Cuando un hombre o una mujer de este tipo consigue centrarse a ese nivel, la inteligencia espiritual resplandece. Tal como lo expresa Ralph Waldo Emerson:

> Si él no ha encontrado su casa en Dios, sus maneras, sus formas de hablar, el giro de sus oraciones, la base, diría yo, de todas sus opiniones lo hará palpable por más que él se esfuerce. Pero si él ha encontrado su centro, la Deidad brillará a través suyo, a través de su disfraz de ignorancias, de su temperamento mediocre, de circunstancias desfavorables. El tono de buscar es uno; el tono de tener es otro.[11]

La justicia implica conseguir lo que busca cada uno y la hermandad como valor para todos los hombres. A este respecto, nada nos pone más a prueba que afrontar lo que sentimos por nuestros adversarios. El ponerse en el lugar de los demás a menudo conduce a un

profundo respeto no sólo de las opiniones divergentes, sino también de quienes las sostienen. Es bien conocida la camaradería entre soldados enemigos que se encuentran en tierra de nadie o sitios imprevistos. El respeto a mi enemigo me lleva a un nivel de humanidad donde él y yo tenemos algo en común. Me eleva a un nivel donde veo que ambos somos jugadores honestos en un inmenso juego evolutivo que nos supera y entonces me aferro a ese nivel del alma que une a todos los hombres y que sobrevive a la muerte personal.

CAMINO 6
EL CAMINO DEL LIDERAZGO CON VOLUNTAD DE SERVICIO

Tipo de personalidad	Emprendedora
Motivación	Poder, redención, servicio leal
Arquetipos	Júpiter (Zeus), Gran Padre, Profeta
Énfasis religioso	Entrega, unión con Dios, sacerdocio
Mito	Éxodo, la Crucifixión, el árbol budista
Práctica	Conocimiento de sí mismo, meditación, guru-yoga
Chacra	La frente (espíritu, mando)

Oh, este es el animal que nunca fue.
No habían visto a ninguno, pero de cualquier modo amaron
sus gráciles movimientos y la manera que los miraba
con calma y con claros ojos.

No había sido. Pero para ellos, se aparecía
en toda su pureza. Dejaron espacio suficiente.
Y en ese espacio ahuecado por su amor,
apareció de repente y no necesitó

existencia. Lo alimentaron pero no con grano
sino con la mera posibilidad de su ser.
Y al final esto le dio tanto poder

que de su frente creció un cuerno. Un cuerno.
Se acercó a una virgen, blanco, resplandeciente,
y estuvo dentro del espejo y de ella.

RAINER MARIA RILKE, «El unicornio»

Todos los grupos humanos —familias, iglesias, corporaciones, tribus, naciones— necesitan líderes que proporcionen dirección, propósitos, tácticas y una sensación de seguridad. Para ser un líder eficaz, un hombre o una mujer normalmente debe tener las maneras abiertas y seguras del tipo de personalidad emprendedora. Debe sentirse cómodo con el poder. Un buen líder debe llevarse bien con los demás miembros de su grupo, debe ser o dar la impresión de ser una persona íntegra que puede inspirar ideales en los demás. No puede aprovecharse de su situación de privilegio. Un gran líder sirve a algo que está más allá de sí mismo; uno verdaderamente grande sólo sirve a Dios. En última instancia, un líder crea o suscita en su grupo el tipo de sentido que lo inspira a él: superficial o profundo, constructivo o destructivo.

El unicornio siempre ha sido un símbolo especial en la cultura occidental; es una criatura creada por la capacidad humana de soñar. En el poema de Rilke aquí citado, lo conjura el amor y le dan un espacio para ser aquellos que han osado creer en la posibilidad de que pudiera existir. Desde la perspectiva de la ciencia cuántica, toda la existencia es un campo de unicornios; es decir, un conjunto de posibilidades arrancadas del océano infinito de potencialidades que representa el vacío cuántico. Cada uno de nosotros es un sirviente de Dios o del vacío cuántico, un sirviente de la potencialidad diversa en el corazón de la existencia.

Los líderes que llegan a adquirir voluntad de servicio en este sentido saben que sirven más que a su familia, más que a su comunidad, a su empresa o nación, incluso más que a sus «visiones y valores» como normalmente se comprenden. Los verdaderos líderes con voluntad de servicio sirven a esa profunda necesidad humana que reclama unicornios. Logran que sucedan cosas que los demás creen imposibles; inventan nuevas maneras de relación entre la gente, nuevos modos en que las empresas pueden servir a la sociedad, nuevas formas de *ser* para la misma sociedad.

Buda, Moisés y Jesús fueron líderes semejantes. En nuestro propio tiempo, hemos tenido el privilegio de que nos sirviera gente como Gandhi, Martin Luther King, Nelson Mandela y el Dalai Lama. Muchos otros menos conocidos han servido a Dios y la humanidad sirviendo a sus propios grupos o empresas. En ultima instancia, cada uno de nosotros tiene la capacidad de ser un líder con voluntad de servicio.

La vida de un líder semejante mejora las actitudes y el estilo de

vida —las convenciones— de su tribu. De ese modo, el servicio del camino 6 acaba reinventando el camino 1 y completando el ciclo del Loto. Hay numerosos grandes mitos de liderazgo con voluntad de servicio: Buda sentado bajo el árbol Bodhi hasta que logra iluminar a toda la humanidad; Moisés liberando a su pueblo del cautiverio y trayendo la Ley de Dios al mundo; Cristo muriendo en la cruz para que todos conocieran la vida eterna. El papel de Gandhi de llevar la independencia a la India y una visión espiritual más profunda a su pueblo equivale a la creación de un mito poderoso en nuestro propio tiempo.

El liderazgo con voluntad de servicio es el mayor camino espiritual. Por medio de los dones presentes en sus vidas y personalidades, estas personas tienen la ocasión de servir, curar e inspirar a quienes lideran, pero el camino requiere en última instancia una integridad indestructible (totalidad). El líder sirviente debe ser capaz de someterse a la fuerza más poderosa imaginable. Para el tipo de personalidad emprendedora que ejerce naturalmente el poder y domina a la gente, esa entrega no resulta nada fácil. Su mera posibilidad es una acción de gracia.

La energía central que impulsa a este tipo de personalidad es el poder. Los usos, malos usos y abusos de poder determinan si un individuo andará por este camino de modo espiritualmente enfermizo o inteligente. El paso de lo enfermizo a lo inteligente pasa por todas las tentaciones y trampas del poder.

La forma negativa del líder sirviente es el tirano que utiliza el poder para sus propios fines o para fines perversos. Aquí se encuentra el sádico, por ejemplo, una persona que obtiene placer de dañar o humillar a los demás. Un líder como Hitler parece servir a una causa que está más allá de él y eso es lo que le proporcionó el carisma y lo hizo tan peligroso. Pero se trata de una causa perversa que aglomera en sí misma a las fuerzas de las Tinieblas como la tortura y la muerte; se trata de destrucción y limitación en vez de generación de posibilidades. Darth Vader, de *Star Wars*, es una figura mítica en este molde. El Minotauro cretense que devora a los jóvenes inocentes en los recodos de su laberinto fue una creación del ansia de poder del rey Minos.

El modo espiritualmente enfermo más común es usar el poder en beneficio de uno mismo, de los propios fines y ganancias. Los políticos corruptos, los dictadorzuelos y los mandamases bravucones sirven al poder desde el nivel más bajo y vacío del ego. A menudo, se vuelven paranoicos y esperan de los demás la misma deslealtad de que han hecho gala ellos mismos.

El líder con inteligencia espiritual que sirve a su grupo, su comunidad, su empresa o nación en el marco de las tradiciones y mitos existentes, también puede ser quien salvaguarda las posibilidades existentes. Si, en el Loto del Ser, pensamos en lo convencional y en el arte como dos polos opuestos de utilizar las energías y potencial, algunos líderes pueden tender a lo convencional. No inspiran ni representan un desafío a quienes lideran, pero los tranquilizan dándoles seguridad. Sirven en la capa media del ser y del grupo o colectivo que está dentro de todos nosotros.

Ya hemos visto que la forma más espiritualmente inteligente de avanzar por este camino es el liderazgo con voluntad de servicio que crea nuevas visiones y hace realidad nuevas posibilidades.

Katsuhiko Yazaki es hoy en día un líder de esta talla. Es un hombre de negocios japonés de unos cincuenta años, propietario de una compañía multinacional de venta por correo llamada Felissimo con oficinas en Japón, Europa y Estados Unidos. Cuenta su historia en su libro de 1994 *El camino a Liang Zhi* (El camino al verdadero conocimiento interior de uno mismo). De muy joven, Yazaki heredó el negocio de su padre. Los productos se vendían puerta a puerta y boca a boca a través de toda la red comercial. Con el paso de los años, Yazaki lo convirtió en un exitoso negocio de venta por correo que lo hizo muy rico. Cuando tenía cuarenta años, poseía todo lo que quería: éxito, fortuna, estima en su comunidad, una familia feliz. Pero le faltaba algo. Unos amigos le dieron un libro de filosofía Zen y le hablaron del Maestro Kido Inoue que la enseñaba.

Yazaki fue una semana a meditar en el monasterio de Kido Inoue. La experiencia fue difícil y dolorosa, pero liberadora. «En un momento —dice—, sentía como si hubiera encontrado la paz, en otro me sentía prisionero de mis falsas ilusiones. Me quedé atónito al descubrir lo que había llamado *yo*. Fue la primera vez que me di cuenta de todas las falsas ilusiones que me poblaban. También fue la primera vez en que me enteré de todos los errores que causaban los altibajos de mi vida cotidiana. Hasta ese momento nunca había afrontado mis propias realidades tan directamente.»

Al cabo de una semana, Yazaki salió de la celda en el monasterio «para contemplar por primera vez la belleza del mundo». Se dio cuenta de que había vivido su vida en las tinieblas y que el mismo mundo estaba siendo dañado por tinieblas humanas. «Los seres humanos —escribió—, al separar el mundo del ser, la naturaleza de la humanidad y su ser de los demás, quedan atrapados en engaños para

proteger su ego. Inevitablemente, entran en un terreno aterrador de hipocresías y fariseísmo.»

Tras estas percepciones, Yazaki recondujo su vida empresarial. Quiso usar la compañía para hacer algo por el medioambiente y por las futuras generaciones. En ese momento, la rebautizó como Felissimo, palabra relacionada con «feliz» en los idiomas castellano e italiano, porque su nueva visión del mundo empresarial le decía que tenía que contribuir a la felicidad humana. Inventó el concepto de «ultratienda», una tienda que puede «reunir valores en una amplia zona» trascendiendo los límites geográficos y temporales. Pensó que podía ayudar a sus clientes a formarse imágenes de su propio futuro y a imaginar estilos de vida más satisfactorios comercializando sus productos globalmente, expandiendo de ese modo los servicios y la toma de conciencia a un nivel más universal. Asistió a la Conferencia de la Tierra de Río y dedicó mucho dinero a salvar el medioambiente. Creó una fundación con el objeto de estudiar las necesidades de las futuras generaciones y apoyar proyectos educacionales.

«Creo —dice— que estas actividades internacionales provienen de lo que aprendí en el monasterio del maestro Inoue.» Servir a este nivel es servir a Dios.

Vivekananda, el filósofo Vedanta del siglo XIX, dijo: «Este universo no es más que un gimnasio donde se ejercita el alma.» Vivekananda fue uno de los que inspiraron a Gandhi la visión de «fideicomiso», su propia versión de liderazgo con voluntad de servicio. Al hablar de fideicomiso en asuntos económicos, Gandhi decía que cuando un individuo obtiene más que su parte proporcionada de la riqueza mundial, tenía que convertirse en el fideicomisario de esa porción que pertenecía al pueblo de Dios. Lo mismo podría decirse del poder y las influencias. Como dijo Jesús, «No mi voluntad, Señor, sino la tuya». Estas simples palabras definen el modo espiritualmente inteligente de andar por el camino del liderazgo con voluntad de servicio.

SIETE PASOS PRÁCTICOS PARA MEJORAR LA IES

- ❑ Tomar conciencia de dónde estoy ahora
- ❑ Sentir con fuerza lo que quiero cambiar
- ❑ Reflexionar sobre lo que es mi propio centro y cuál es la base de mis motivaciones más profundas

- ❑ Descubrir y desbaratar obstáculos
- ❑ Explorar diversas posibilidades de avance
- ❑ Comprometerse con un camino
- ❑ No olvidar que hay muchos caminos

Cada uno de los seis caminos hacia una mayor IES tiene una progresión que va de lo espiritualmente enfermizo a lo espiritualmente inteligente. Se debe llevar a cabo un trabajo específico en cada camino. Por ejemplo, el del amor y la entrega requiere pasar de un amor ausente, egoísta o celoso a un amor generoso y de entrega. El camino del deber requiere que uno deje de ser un mero seguidor de la multitud para ser alguien que celebra lo que hay de sagrado en la cotidianidad. Pero pese a todas las diferencias existentes, las progresiones comparten un conjunto de siete pasos:

1.º Tomar conciencia de dónde estamos ahora. Por ejemplo, ¿cuál es tu actual situación? ¿Cuáles son sus consecuencias y repercusiones? ¿Te estás dañando a ti mismo o a los demás? Este paso exige cultivar el análisis de sí mismo, lo que a su vez obliga a cultivar el hábito de reflexionar sobre nuestras experiencias. Muchos no lo hacemos. Vivimos día a día, actividad tras actividad, etc. Una mayor IES significa llegar al fondo de las cosas, pensar en ellas y evaluarse a sí mismo y a nuestra conducta de tanto en tanto. Cada día es el mejor. Esto se puede lograr dedicando un rato de tranquilidad, una meditación diaria, trabajar con un terapeuta o un consejero o simplemente repasando el día en el momento de acostarse.

2.º Si las reflexiones te llevan a pensar que tú, tu comportamiento, tu vida o tu actuación en el trabajo podrían mejorar, entonces tú *quieres* cambiar y sellar un compromiso interior con el cambio. Esto implica pensar honestamente acerca de lo que te costará ese cambio en términos de energía y sacrificio. ¿Estás dispuesto a dejar el tabaco o la bebida? ¿A prestar más atención a ti mismo y a los demás? ¿A seguir una disciplina diaria como leer, hacer ejercicios físicos o cuidar a un animal?

3.º Ahora se necesita un nivel más profundo de reflexión. Debes conocerte a ti mismo, dónde está tu centro y cuáles son tus motivaciones profundas. Si fueras a morir la semana próxima, ¿qué te gustaría decir sobre lo que has logrado en esta vida o sobre la contribución que has realizado? Si aún tuvieras un año de vida, ¿qué harías?

4.º ¿Cuáles son los obstáculos que te cierran las puertas? ¿Qué ha hecho que dejes de vivir en tu centro? ¿La ira? ¿La codicia? ¿El

miedo? ¿La simple pereza? ¿La ignorancia? ¿La autocompasión? Ahora haz una lista de lo que te ha paralizado y descubre el modo de barrer estos obstáculos. Puede ser un simple acto de conciencia o de decisión o una sensación culminante de lo que los budistas llaman «revulsión»: simplemente sentirse harto y enfermo de uno mismo. Pero también puede tratarse de un proceso lento y prolongado para el que se necesita un «guía», un terapeuta, un buen amigo o un consejero espiritual. A menudo la gente evita este paso, pero es crucial y es menester prestarle atención.

5.° ¿Qué prácticas o disciplinas debes adoptar? ¿Qué camino debes seguir? ¿Qué compromisos vale la pena que hagas? En este punto debes tomar conciencia de las distintas posibilidades para seguir adelante. Dedica un esfuerzo mental y espiritual a explorar varias de ellas, deja que te guíe la imaginación, descubre sus requisitos prácticos y decide por ti mismo si resultarán factibles.

6.° Ahora debes comprometerte con un camino en la vida y esforzarte para llegar al centro mientras avanzas. Una vez más, reflexiona cada día si estás haciendo lo mejor para ti y los demás, si estás consiguiendo el máximo de tu situación, si estás sintiendo paz o satisfacción con el modo en que van las cosas, si allí encuentras *sentido*. Vivir un camino hacia el centro significa convertir tus pensamientos y actividades cotidianas en un sacramento en curso, aflorar a la sacralidad natural que hay en toda situación con sentido.

7.° Y finalmente, mientras avanzas por el camino elegido, recuerda que existen otros caminos. Respeta a quienes los transitan y a aquella parte de ti mismo que en el futuro pueda necesitar cambiar de camino.

TODOS LOS CAMINOS VAN Y VIENEN DEL CENTRO

> En el gran salto adelante, donde quedo libre de mi propia voluntad y de la voluntad de Dios y de todas sus obras y del mismo Dios, allí estoy por encima de todas las criaturas y no soy Dios ni criatura. En cambio, soy lo que era y lo que soy y seré ahora y siempre. Entonces recibo un impulso (una conciencia) que me trasladará por encima de los ángeles. En este impulso, recibo riquezas tan vastas que Dios no puede ser suficiente para mí en todo lo que le hace Dios y con todas sus obras divinas. Porque en este salto descubro que yo y Dios somos uno. Aquí soy lo que era y ni crezco ni me empequeñezco porque soy una causa inmutable que mueve todas las cosas.
>
> MEISTER ECKHART, místico alemán medieval[12]

En todos los caminos espirituales es verdad que cuando los recorro con inteligencia espiritual, lo hago en contacto con el centro más profundo del ser. Desde ese centro, yo «soy una causa inmutable que mueve todas las cosas» porque yo y todos mis actos se inician en el centro mismo de la existencia. Ni yo ni mis actos somos *nada* más que algunas de las infinitas potencialidades de este centro que se están expresando a sí mismas. Se trata de un lugar más allá del ego y más allá de todas las formas específicas por las que se expresa mi propia tradición; más allá de todos los símbolos conocidos y más allá de todo lo que se pueda expresar con palabras. En palabras del meister Eckhart, yo y Dios somos uno. En la metáfora que he usado a menudo, soy una ola en el océano y me doy cuenta de que yo y el océano somos uno. El poeta indio Kabir del siglo XV usó esta imagen para preguntar:

> He pensado en la diferencia
> entre el agua
> y las olas sobre ella. Al subir,
> el agua sigue siendo agua, al caer
> se trata de agua, ¿me daréis una pista
> para distinguirlas?
>
> Porque alguien se ha inventado la palabra
> «ola», ¿tengo yo que distinguirla
> del agua?
>
> Hay Alguien Secreto dentro de nosotros:
> los planetas y todas las galaxias
> pasan entre sus dedos como abalorios.
>
> Hay un collar de cuentas que uno
> debe mirar con ojos luminosos.[13]

Los místicos de las grandes tradiciones espirituales han hablado de este sitio dentro del ser. Es la luz pura, el fuego que brilla o quema dentro de nosotros, la fuente de todo lo que el alma trae al mundo.

Dicho en estos términos, el centro puede parecer impresionante, atractivo y sagrado, pero quiza a muchos nos resulte demasiado abstracto. Sin embargo, cada uno lo siente y experimenta cuando vive su vida de un modo espiritualmente inteligente. Se trata de la sensación de lo sagrado en objetos y acontecimientos cotidianos, la sensación de sacralidad en un acto de amor, el casi insoportable éxtasis que sentimos cuando comprendemos algo profundamente por primera vez, la sensación de euforia de cuando traemos algo nuevo al mundo, el sentimiento de profunda satisfacción de cuando vemos hacer justicia, la profunda sensación de paz de cuando sabemos que aquello a que servimos también sirve a Dios.

Los seis caminos espirituales conducen al centro, a una experiencia que podríamos llamar «iluminación». Pero cuando vivimos del modo más espiritualmente inteligente posible, todos los caminos salen *del* centro y vuelven al mundo. Buda pasó muchos años de búsqueda y sufrimientos para alcanzar la iluminación, pero cuando lo hubo hecho no se permitió desaparecer simplemente en el Nirvana. En cambio, Buda regresó al mundo a fin de que este pudiera iluminarse. Una persona común de alto coeficiente de IES no busca la bendición de conocer el centro, sino que reacciona a él espontáneamente y luego asume la responsabilidad de traerlo al mundo con la luz que ha visto, la energía que ha ganado y la integridad que ha experimentado. Se convierte en un padre iluminado, en un maestro iluminado, en un cocinero iluminado, en un amante iluminado, etc.

Hay una espiral de existencia desde y hacia el centro en cada camino del Loto del Ser y asimismo alrededor de cada pétalo del loto. Nadie es enteramente completo, verdaderamente un todo y completamente iluminado hasta que ha andado un trecho por todos y cada uno de los seis caminos espirituales, hasta que descubre un modo creativo de vivir las convenciones, de amar profundamente y sin egoísmo, de comprender, de hallar algo que pueda crear, de servir a los semejantes y entender el liderazgo con voluntad de servicio que sirve a Dios.

Hay una espiral de existencia que lleva de una vida a la siguiente, de realizar el último retorno al centro que se llama muerte y luego volver a nacer. De jovencita construí una cámara Wilson de nubes. Se trata de un instrumento científico en el que se pueden ver las huellas de los átomos en una nube de vapor. En aquella cámara pude ver partículas atómicas cargadas que de repente salían del vapor: viajaban unos centímetros y luego volvían a desaparecer en el vapor para reaparecer

en otro sitio y en otro momento. La teoría de los campos cuánticos nos dice que nos parecemos a esas partículas. Somos «excitaciones de energía» en el vacío cuántico que emergemos de la nada, viajamos un momento por el mundo y luego regresamos al vacío del que hemos salido para volver a resurgir como otra pauta de energía en otro instante. La muerte es un viaje por la vida, es un camino en el centro de todo camino, una parte esencial de la espiral de la existencia.

Eckhart, al hablar de su experiencia de unidad con el centro donde se convierte en «una causa inmutable que mueve todas las cosas», dice que se trata de una condición de «no haber nacido»: «En consecuencia, yo tampoco he nacido y siguiendo la manera (no manifiesta) de este ser nonato, no puedo morir jamás. Observando la manera de mi ser nonato, siempre he sido, lo soy ahora y permaneceré eternamente.»[14]

Cuando vivimos algunos o todos los caminos desde y hacia el centro, la elevada IES o iluminación que obtenemos tiene algo de la increíble gracia de la cotidianidad. En el budismo Zen hay un dicho: «Antes de ser un iluminado, cortaba leña y extraía agua. Después de la iluminación, corto leña y extraigo agua.» Esto no quiere decir que la iluminación no brinde progreso y transformación, sino más bien que la verdadera transformación nos retrotrae al sitio de donde salimos sólo para vivirlo más plenamente vivos y conscientes.

En *Manual del budismo*, D. T. Suzuki reproduce diez dibujos chinos del siglo XV acompañados de poemas breves que ilustran lo que quiero decir por espiral de la existencia y por la idea budista de la iluminación.[15] Utilizan la alegoría del hombre que arrea al buey.

El hombre busca el buey (su verdadero ser)

Descubre las huellas del buey (que contienen las enseñanzas sobre la vida y el ser)

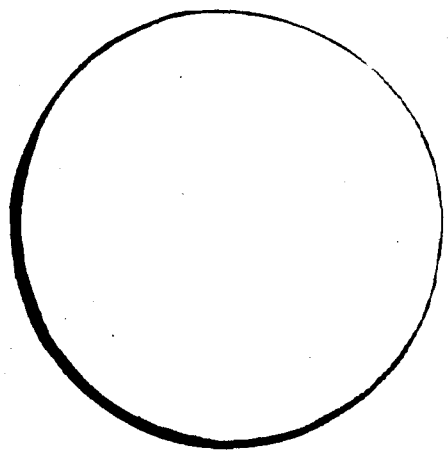
El hombre descubre el buey (tiene repetidas experiencias de unidad con la fuente de la existencia)

Atrapa el buey, pero se da cuenta de que si quiere que el buey se someta, debe domesticarlo

El hombre domestica al buey (entrena su propia mente)

Va a su casa montado en el buey (lleva la experiencia de unidad con la fuente a su vida cotidiana)

El buey desaparece porque el hombre aprende que cualquier manifestación específica de la realidad, incluyendo el camino que ha seguido, es efímero y puede ser trascendido



Todo desaparece: tanto el buey como el ser que lo percibió son trascendidos.
Látigo, soga, persona y buey, todos confluyen en la Nada.
El cielo es tan grande que ningún mensaje puede mancharlo,
¿cuántos copos de nieve existen en un fuego furioso?
He aquí las huellas de los patriarcas

El hombre empieza a percibir las fuerzas cósmicas de la creación y la destrucción desde un punto de vista que las trasciende, pero aún no puede relacionarse fácilmente con los niveles cotidianos. Es «el loco de la colina», un tanto ensombrecido por su propia visión

El hombre, ahora un maestro, regresa al pueblo. «No busco nada, vivo una vida ordinaria, pero todo lo que miro se ilumina»

En el poema «Pequeño mareo» de sus *Cuatro cuartetos,* T. S. Eliot expresa la misma espiral de la existencia y el significado de las imágenes del arreo del buey:

> No dejaremos de explorar
> y el final de nuestra exploración
> será llegar al punto de partida
> y conocer el sitio por vez primera.
> Por la puerta desconocida y recordada
> cuando lo último por conocer en la tierra
> es aquello que estaba al principio.
> En el origen del río más largo
> la voz de la encubierta catarata
> y de los niños desconocidos en el manzano,
> desconocidos porque no se los busca sino oye,
> se los oye a medias, en la tranquilidad
> entre dos olas del océano.
> Rápidos ahora, aquí, ahora, siempre,
> una condición de completa simplicidad
> (que cuesta no menos de nada)
> y estará bien y todo
> el modo de las cosas estará bien
> cuando las lenguas de fuego están plegadas
> en el nudo coronado del fuego
> y el fuego y la rosa son uno.

Todos los caminos van y vienen del centro. Seguirlos es una búsqueda, pero tomar conciencia de ellos en algún momento es un acto de entrega. Hasta el ansia de llegar a ser un iluminado desaparece con el tiempo.

14

EVALUANDO MI IES

A diferencia de la inteligencia común, que es lineal, lógica y racional, la inteligencia espiritual no se puede cuantificar. Las preguntas siguientes sólo constituyen un simple ejercicio de reflexión. Las he organizado en siete secciones, una para cada tipo de personalidad o pétalo del loto, y una séptima que revela hasta qué punto te has aproximado a las energías del centro. Se da por sentado que has hecho o completado el cuestionario sobre tipos de personalidad del capítulo 13. Tal como allí vimos, cada uno de nosotros consiste en una mezcla de cualidades que pertenecen al menos a tres tipos distintos de personalidad. Del mismo modo, en este cuestionario al menos tres caminos espirituales serán importantes. De cualquier modo, lo mejor es no hacer por día más que las preguntas asociadas con un camino para darnos tiempo a reflexionar.

Hay cuatro grupos de preguntas para cada camino espiritual o tipo de personalidad. Se relacionan con:

- una evaluación general de tus experiencias importantes
- los obstáculos comunes al progreso
- algunos posibles temas para ayudar el progreso
- algunos aspectos transpersonales o más convencionalmente espirituales en un camino dado

No es necesario decir que aunque estas preguntas te den mucho que pensar, apenas tocan la superficie de lo que puede ser un viaje de toda la vida.

CAMINO 1
DEL DEBER

1. ¿A qué grupos te ha satisfecho pertenecer en tu vida? ¿Familia? ¿Amigos? ¿Vecindario? ¿Trabajo? ¿Nación? ¿Grupo étnico? ¿Ninguno?

2. ¿De cuáles de estos grupos te has alejado (si lo has hecho)? ¿Por qué? ¿Te dejó mal sabor de boca? ¿Desacuerdos? ¿Incidentes traumáticos? ¿Culpabilidad? ¿Aún te sientes obligado por algunas de las normas o costumbres del grupo? De ser así, ¿por qué?

3. ¿Hay algún grupo al que te gustaría pertenecer? ¿Se trata de algo práctico?

4. ¿Cuál es ahora tu código moral? ¿Cuál es su fuente? ¿Hasta qué punto lo acatas? ¿Se te ha ocurrido algún cambio que podría mejorar uno de tus grupos para todos los participantes (o para casi todos)? ¿Has hecho algo al respecto? ¿Este último año has tomado alguna decisión importante y la has llevado a cabo?

CAMINO 2
DEL AMOR Y EL SUSTENTO

1. ¿Hay o ha habido alguien a quien le darías más de lo que recibes? ¿Hay o ha habido personas de las que te gusta recibir más de lo que estás dispuesto a darles?

2. ¿Hay o ha habido personas a las que actualmente menosprecias, dañas o guardas rencor? ¿Por qué? ¿Has tomado alguna decisión positiva o negativa al respecto?

3. ¿Hay o ha habido personas a quienes quieres ayudar y no has podido? ¿Cómo te sientes por esa razón? ¿Puedes tener amigos íntimos si no necesitan tu ayuda o consejo? En las relaciones íntimas, ¿eres abierto y franco con referencia a algunos temas difíciles?

4. ¿Te resulta fácil hablar con los demás? ¿Ayudas a veces al necesitado que se te acerca aunque no pertenezca a tu círculo social?

CAMINO 3
DE LA COMPRENSIÓN

1. ¿Sientes un interés activo por el estilo de vida de quienes te rodean? ¿La familia? ¿El trabajo? ¿Temas de actualidad? ¿Has leído o discutido recientemente algo relacionado con la psicología, la filosofía, la ética o disciplinas similares?

2. Si te sientes abrumado por un problema, ¿normalmente lo dejas a un lado o intentas un nuevo enfoque? ¿Tienes decisiones pendientes, confusión sobre algún asunto o problemas prácticos de larga duración? ¿Qué tendría que suceder para que progresaras en cualquiera de estas cosas?

3. Normalmente, ¿puedes ver elementos positivos en los argumentos opuestos de una discusión? Si es así, ¿qué sucede? ¿Puedes ir más allá de este punto? ¿Te sorprende con frecuencia la gente o por lo general tu intuición acerca de ella es bastante acertada?

4. ¿Estás a la búsqueda intelectual de algo? Trata de definir exactamente qué te gustaría entender mejor. ¿En qué te ayudaría? ¿Qué te impide hacerlo? ¿Qué importancia tiene para ti? ¿Puedes aceptar tu actual falta de comprensión sin cejar en tu empeño?

CAMINO 4
DE LA TRANSFORMACIÓN PERSONAL

1. «Jamás poseemos algo de verdad si no lo poseemos al principio con pasión.» ¿Hasta qué punto esto es así en tus relaciones, causas, arte, vocación, etc.? ¿Hay formas de sentir que tratas de evitar?

2. Recuerda a una persona, una fantasía o una historia que te haya provocado pasión o deseo romántico, pero con la que nunca lograste llegar a una conclusión completamente satisfactoria. En ese momento de tu vida, ¿había algo incompleto o ausente? ¿Intentaste hacer realidad tu sueño? Si fue así, ¿qué sucedió? ¿Abandonaste debido al dolor, la humillación o el cinismo? De no ser así, ¿qué te hizo desistir: la moral, una prudencia justificada, timidez o una mezcla de las tres? Trata de expresar ahora una parte de esta emoción o asunto quizá mediante la poesía, la escritura, la danza, escuchando música o hablando con alguien de tu confianza. (En esto, tiene menos importancia el talento que el hecho de ser auténtico.) En una situación emocional determinada, ¿ves muchas formas posibles de expresar tus sentimientos?

3. ¿Puedes notar que tus emociones y deseos están cortados por la misma tijera que los de escritores, artistas o músicos que tú respetas? Selecciona una obra de arte que te emocione. Descubre algo sobre su autor y compara su vida con la tuya.¿Puedes ver que hasta el

dolor puede convertirse en una contribución a los demás si se lo pone en otro contexto y se lo transforma?

4. Escoge cualquier ejemplo de comportamiento personal que te emocione profundamente. ¿Cuáles son los pros y los contras? Ahora intenta encontrar un ejemplo de comportamiento complementario o que equilibre al anterior. Fíjate si los dos concuerdan satisfactoriamente. ¿Hay algún ejemplo de rebeldes o insumisos con quienes te identificas o por quienes sientes simpatía? ¿Qué puedes aprender sobre ti mismo con eso?

CAMINO 5
DE HERMANDAD

1. Idealmente, ¿te gustaría poder mantener una conversación con alguien en particular? Escoge cualquier reunión con otros que te haya interesado. ¿Puedes imaginarte intercambiando los papeles con algún participante o todos ellos? ¿Tienes un interés activo en asuntos locales o cívicos?

2. ¿Te sientes incómodo con alguien? ¿Por qué? ¿Qué sientes? (¿Aburrimiento? ¿Miedo? ¿Furia? ¿Competitividad? ¿Desprecio? ¿Remordimiento? ¿Otra cosa?) ¿Opinas que podrías actuar de forma diferente con esta gente si tuvieras sus antecedentes o situación?

3. ¿Tiene importancia la justicia para ti? ¿Para todo el mundo o sólo para algunos grupos determinados? Si sólo te preocupa la justicia para algunos grupos determinados, ¿qué tienes en común con ellos?

4. ¿Te perturba o molesta el tema de la muerte? ¿Crees en algún tipo de vida después de la muerte? ¿Paraíso? ¿Reencarnación? ¿La supervivencia de tus ideas o de tu familia? ¿Alguna vez has tenido la experiencia de amor y de comunión con todos los seres? ¿Has sentido alguna vez que podrías dar tu vida en aras de cierta gente o de ciertas causas?

CAMINO 6
DEL LIDERAZGO CON VOLUNTAD DE SERVICIO

1. ¿Has sido aceptado como líder en algún grupo? ¿Cómo te hizo sentir? ¿Alguna vez has tenido visiones o deseos de cómo debía vivir

un grupo o sociedad ideal? ¿Hiciste algo al respecto aunque fuera un mínimo esfuerzo? ¿Lo abandonaste? ¿Por qué? ¿Puedes avanzar en tu visión? ¿Necesitas refinarla?

2. ¿Algunas de tus opiniones sobre la sociedad o del papel que debería corresponderte en ella son «heredadas»? Es decir, ¿has adoptado sin reflexionarlo ideas y opiniones que ya habías tenido? ¿Has aceptado lo que tus padres, amigos, colegas o cónyuge querían que fueras? ¿Sueles tomar decisiones apresuradas cuando estás confuso o presionado? ¿Cuánto de esto has superado? ¿Te sigue interesando alguna forma modificada de estos propósitos heredados?

3. ¿Siempre puedes encontrar, pese a las dificultades, la energía necesaria para lidiar con una emergencia? Si tu visión profunda es desafiada, ¿cedes? ¿Te vuelves asertivo porque te conviene? ¿Debates las cosas democráticamente?

4. ¿Estás dispuesto a afrontar y defender lo que más valoras aunque no haya posibilidad inmediata de que los demás lo acepten? ¿Has vivido alguna vez la experiencia de algo sagrado, de una fuente de energía inteligente proveniente de más allá de ti mismo? ¿Has intentado expresarlo de algún modo y en algún grado? ¿Puedes imaginar estructuras prácticas que pudieran expresarlo?

EL CENTRO

1. ¿Te has sentido alguna vez en presencia de alguna fuerza espiritual poderosa que superaba tu ego cotidiano? De ser así, ¿incluía una sensación de amor por todas las cosas o de comunión con ellas? ¿Incluía la sensación de estar ante una fuente sagrada e inteligente de energía proveniente de más allá de ti mismo? ¿Fue la experiencia más allá del tiempo, el espacio y la forma, es decir, un vacío indescriptible pero del que eras plenamente consciente? ¿Alguna de estas experiencias ha seguido siendo importante para ti?

2. ¿Tienes pesadillas a menudo? ¿Sientes a veces que tu suerte, buena o mala, está causada por fuerzas ocultas? ¿Te resulta difícil intimar con otra persona? ¿Sientes con frecuencia que la vida carece de sentido? ¿Te disgusta estar a solas? (Estas son todas formas negativas de energía espiritual que tendrás que superar si quieres elevar tu coeficiente de IES)

3. Si tras largas discusiones, todavía estuvieras en desacuerdo con

tus iguales sobre cuestiones de principios, ¿qué harías? Imagínate varias situaciones diferentes y sus posibles consecuencias.

4. ¿Tienes momentos no sólo de gran placer sino de alegría profunda? ¿Qué estás haciendo cuando ello sucede? ¿Te inspiran estos momentos o te dan fuerzas para otras ocasiones? Si fueras a morir esta noche, ¿pensarías que de algún modo tu vida ha valido la pena? ¿Cómo?

15

SER ESPIRITUALMENTE INTELIGENTE EN UNA CULTURA ESPIRITUALMENTE ENFERMIZA

Un hombre de negocios norteamericano estaba en el embarcadero de un pueblecito costero de México cuando llegó una barca con un solo tripulante y varios soberbios atunes. El norteamericano felicitó al mexicano por la calidad del pescado y le preguntó cuánto tiempo había tardado en pescarlo.

El mexicano replicó:

—Oh, sólo un ratito.

Entonces el norteamericano le preguntó por qué no se había quedado más tiempo para coger más peces.

El mexicano dijo que ya tenía suficiente para las necesidades de su familia.

El norteamericano volvió a preguntar:

—¿Y qué hace usted entonces con el resto de su tiempo?

El mexicano contestó:

—Duermo hasta tarde, pesco un poco, juego con mis hijos, duermo la siesta con mi mujer, voy cada tarde al pueblo a tomar unas copas y a tocar la guitarra con los amigos. Tengo una vida plena y ocupada, señor.

El norteamericano dijo con tono burlón:

—Soy un graduado de Harvard y le podría echar una mano. Debería dedicar más tiempo a la pesca y con las ganancias comprarse una barca más grande. Con los beneficios que le reportaría una barca más grande, podría comprar varias barcas. Con el tiempo, podría hacerse con una flotilla de barcas de pesca. En vez de vender su captura a un intermediario, se la podría vender al mayorista; incluso podría llegar a tener su propia fábrica de conservas. Controlaría el producto, el proceso industrial y la comercialización. Tendría que irse de esta al-

dea y mudarse a Ciudad de México, luego a Los Ángeles y finalmente a Nueva York, donde dirigiría su propia empresa en expansión.

—Pero, señor, ¿cuánto tiempo tardaría todo eso?

—De quince a veinte años.

—Y luego ¿qué?

El norteamericano soltó una carcajada y dijo que eso era la mejor parte.

—Cuando llegue el momento oportuno, puede vender la empresa en bolsa y hacerse muy rico. Ganaría millones.

—¿Millones, señor? ¿Y luego qué?

—Luego se podría retirar. Irse a un pequeño pueblo costero donde podría dormir hasta tarde, pescar un poco, jugar con sus nietos, hacer la siesta con su mujer e irse de paseo al pueblo por las tardes a tomar unas copas y tocar la guitarra con sus amigos.

Como vemos, el norteamericano de esta historia está espiritualmente atontado mientras que el pescador mexicano es espiritualmente inteligente. ¿Por qué? Porque tiene un sentido inteligente de los propósitos profundos de su vida y de sus propias motivaciones. Se ha creado un estilo de vida que satisface sus propias necesidades y las de su familia, dedica su tiempo a cosas que le importan, está tranquilo y centrado. Por otro lado, el hombre de negocios norteamericano es un producto de su propia cultura espiritualmente enfermiza. Está presionado y tiene que realizar logros por el mero hecho de hacerlo; está fuera de contacto con aquellas cosas de la vida que motivan a alguien como el pescador; ha absorbido objetivos sin sentido sólo porque los aprendió en Harvard. Lo más probable es que el pescador disfrute de una larga vida y muera en paz. El directivo va rumbo a un ataque cardíaco a los cincuenta y cinco años y morirá sintiendo que nunca logró sus objetivos.

CONOCIENDO NUESTRAS MOTIVACIONES MÁS PROFUNDAS

Las motivaciones, que algunos llaman intenciones o propósitos vitales, son una especie de energía psíquica. Mueven potencialidades desde el centro del ser hacia la superficie o capa del ego. A través de estas motivaciones, actuamos en el mundo. Algunas son conscientes: sé que quiero cuidar bien a mis hijos; sé que quiero escribir libros; sé que quiero hacer dinero suficiente para mantener mi estilo de vida, y así sucesivamente. Algunas de estas motivaciones tienen una capa inconsciente enterrada dentro de nuestro subconsciente personal o dentro de nuestro compartido subconsciente de la raza. Hemos visto que las profundas motivaciones de sociabilidad, intimidad, exploración, construcción, autoafirmación y creatividad nos impulsan desde un nivel subconsciente. La motivación de intimidad o maternidad subyace por debajo de mi deseo de cuidar bien a mis hijos; la motivación de creatividad impulsa mi deseo de escribir libros; hay cierta autoafirmación en el estilo de vida que he elegido, etc. Pero a mayor profundidad están las motivaciones primarias del centro de mi ser, unas motivaciones de significado, de totalidad o integridad, unas motivaciones que pasan por transformaciones y desarrollo durante el curso de mi vida.

En una cultura espiritualmente enferma, las motivaciones se distorsionan. Las presiones sociales y económicas que nos rodean nos hacen confundir deseos con necesidades. Y nos presionan a querer *más* de lo que necesitamos, a querer más de forma constante e insaciable. La medida del éxito en nuestra sociedad nos hace querer más posesiones, más dinero y más poder. El hecho de que tantos occidentales suframos de sobrepeso representa una de las enfermedades espirituales más comunes provocada por una motivación distorsionada. Comemos para llenar un vacío que no nos abandona.

Una manera de ser espiritualmente inteligente con relación a las motivaciones personales es buscar la realidad por debajo de cualquier deseo superficial. Por lo general, cuando seguimos las pautas de respuesta programada que promueve nuestra cultura, pasamos directamente de querer algo a adquirirlo o hacerlo. Poco hay que nos haga detenernos, reflexionar y preguntarnos qué necesidad más profunda hay soterrada en ese deseo. ¿Satisfaré realmente esa necesidad interior? La inteligencia espiritual nos obliga a reflexionar más seriamente en lo que pensamos que queremos y a poner ese deseo en el marco de nuestros propósitos y motivaciones vitales más profundos.

El cortocircuito de nuestras motivaciones producido por nuestra cultura espiritualmente enfermiza no se limita a las posesiones materiales. Con frecuencia invade también la elección de la carrera profesional, las relaciones y hasta el tiempo libre. Cuando la gente se siente vacía, puede frecuentar discotecas ruidosas o dedicarse a las drogas. Cuando se siente insastifecha, entonces busca a la persona más sexualmente atractiva que encuentra a su paso. Pero es suma-

mente improbable que esta clase de reacción satisfaga una necesidad profunda de significado, integridad personal y crecimiento. A fin de satisfacer mis motivaciones a este nivel, es menester que aprenda a conocerme *a mí mismo* a un nivel profundo.

UN ALTO GRADO DE CONCIENCIA DE UNO MISMO

La conciencia de uno mismo es uno de los mayores criterios de inteligencia espiritual, pero uno de los más ignorados y menos prioritarios de nuestra cultura espiritualmente enferma. Desde el momento que comenzamos la escuela, se nos prepara para mirar hacia fuera, no hacia adentro, para centrarnos en hechos y problemas de índole práctica y para lograr objetivos. En la educación occidental no hay casi nada que nos aliente a reflexionar sobre nosotros mismos o sobre nuestras vidas y motivaciones interiores. No se nos enseña a dar rienda suelta a la imaginación. Con la casi muerte de las religiones oficiales poca presión tenemos para reflexionar sobre lo que creemos o valoramos. La mayoría de nosotros incluso se siente incómodo con el tiempo «libre» o con el silencio. Llenamos el tiempo con febril actividad, aunque sea viendo la televisión, y llenamos el silencio con ruidos.

El desarrollo de una mayor conciencia de uno mismo es una importante prioridad si se quiere elevar el coeficiente de IES. Obviamente el primer paso es tomar conciencia del problema y de lo poco que nos conocemos a nosotros mismos. Luego debemos poner en marcha una serie de ejercicios diarios que nos ayudarán a mejorar la comunicación con nosotros mismos. Estos deben incluir:

- meditación, que se puede aprender por medio de muchas técnicas fácilmente disponibles;
- leyendo un poema o un par de páginas de un libro que signifique algo especial para nosotros, y reflexionando por qué;
- yendo a dar un paseo, desconectando la mente de la actividad orientada a objetivos concretos y ganando un tiempo libre que nos dé pie para pensar;
- escuchando de verdad una obra musical y examinando las asociaciones mentales y emocionales que nos provoca;
- prestando realmente atención a una escena o hecho cotidiano y luego repasándolo a la busca de asociaciones y matices más sutiles;
- escribiendo un diario en el que se señale no sólo los hechos del día, sino cómo se ha respondido a ellos y por qué;
- escribiendo un diario de sueños y reflexionando sobre ellos;
- al final del día, pensar sobre lo sucedido. ¿Qué fue lo que más me sorprendió o afectó? ¿Qué disfruté más? ¿De qué me arrepiento? ¿Cómo podría el día haber sido diferente? ¿Cómo podría haber sentido o actuado de forma diferente a lo que hice? ¿Qué efecto habría tenido?

Una parte central de la conciencia de uno mismo implica saber dónde están las fronteras de mi zona de comodidad. Representa otra manera de preguntarse por los límites ¿Dónde están mis límites en mis relaciones o actividades personales? Mi límite es mi lugar de crecimiento, el lugar desde donde puedo transformarme. Nuestra cultura espiritualmente enferma pocas veces nos obliga a afrontar nuestro límite personal, sino que nos tienta con distracciones y opciones fáciles. ¿Cuál sería la opción más difícil en este caso? Debo aprender a preguntarme cosas como: ¿qué aprendería o ganaría yo si escojo la opción más difícil? ¿Es una cuestión de más disciplina, más sacrificio personal, menos egoísmo, más compromiso? ¿Qué me detiene a hacer ese esfuerzo?

RESPONDIENDO AL SER MÁS PROFUNDO

Y finalmente está el ser profundo que vive dentro de cada uno de nosotros, anclado en el cosmos como un todo y originándose con la necesidad humana de vivir con sentido, con visión y valores. Un alto coeficiente de IES nos obliga a servir conscientemente a ese ser profundo.

No siempre es posible percibir ese ser profundo en uno mismo, sentir lo que real y profundamente me motiva, saber profundamente lo que más valoro. Nuestra cultura espiritualmente enferma no alienta ni sustenta esta profundidad de visión personal y tiene pocos mitos o valores colectivos que propicien la capa media y asociativa del ser. El moderno subconsciente colectivo resuena al ritmo de la publicidad consumista o del sexo o la violencia de la gratificación inmediata. Son muy pocos los que se alimentan de una visión personal y vital

que pone su vida en un contexto más profundo y amplio en cuyo centro está anclado el ser.

De cualquier modo, el ser profundo está en nuestro interior. Conocido o desconocido, alimentado o pasando hambre, allí está como aquello que más nos hacer ser lo que somos. Aparece de tanto en tanto en momentos especiales de amor o intimidad, de alegría o asombro, incluso en momentos de la mayor tristeza o cuando afrontamos los mayores temores. Incluso cuando no podemos sentirlo en nosotros mismos, la reflexión sobre las cualidades o actos de los demás en la realidad o en la ficción puede hacernos tomar conciencia del potencial humano existente y enseñarnos algo sobre nuestro propio ser profundo.

UNA CAPACIDAD PARA USAR Y TRASCENDER LAS DIFICULTADES

Nuestra cultura espiritualmente enferma es victimista. La infancia desdichada me distorsionó las motivaciones y la personalidad cuando empezaba a vivir. Los gérmenes me invaden el cuerpo y me enfermo. En el trabajo, abusan de mí y me explotan.

En este contexto, el primer paso hacia la inteligencia espiritual es asumir la responsabilidad por la propia vida. Debemos utilizar la espontaneidad profunda que es un don de mi IES original para responder honesta y limpiamente a nuestro entorno y a la situación en que nos encontramos. Y debemos asumir la responsabilidad por nuestro papel en ella. Podemos encontrarnos en una situación dolorosa o desagradable, pero sólo nosotros podemos influenciar en cómo reaccionamos. Sólo yo puedo asumir una actitud con respecto a lo que me sucede. Sólo puedo asignar un sentido a lo que me sucede. Puedo padecer una enfermedad incurable, pero yo decido cómo reaccionar ante ella. Sólo yo puedo morir por mí.

En *La búsqueda humana de significado*, Viktor Frankl señala que nuestra capacidad para usar y trascender el dolor es una de las grandes libertades de que disponemos. Como preso del campo de concentración de Auschwitz, él conoció el peor sufrimiento posible, pero eligió su propia reacción y trascendió el sufrimiento para hallarle un sentido a su vida. Podemos considerar el dolor, el sufrimiento y los padecimientos como algo amenazador o mutilador, pero también podemos verlos como desafíos e incluso oportunidades. En su forma

más extrema, esto es verdad hasta de mi muerte inminente. Puedo morir bien, en paz con la vida y conmigo misma, o puedo morir con una terrible agonía. Puedo culpar a la empresa por mi trabajo sin sentido o puedo cambiar de empresa desde adentro o cambiar de trabajo. Si nada de esto es posible, puedo controlar mi actitud en el trabajo e influenciar a mis relaciones en ese entorno. A todos nos han inspirado las historias increíbles de personas discapacitadas que escriben novelas con los dedos de los pies, de enfermos de cáncer que participan en maratones a fin de recaudar fondos para la investigación oncológica, de padres desolados que donan fondos en memoria de sus hijos muertos. ¿No nos sería mucho más fácil ser pequeños héroes asumiendo la responsabilidad de nuestras vidas cotidianas y superando nuestros nimios obstáculos?

ENFRENTADOS A LA MULTITUD

Nuestra cultura está masificada. Los medios de comunicación nos condicionan a pensar lo mismo y a tener las mismas opiniones. La producción en masa nos empuja a reducir nuestra gama de gustos mientras que la publicidad masiva hace todo lo que puede por asegurarse cuáles son esos pocos gustos. Asimismo, se trata de una cultura de modas. Si dejar de fumar se pone de moda, todos tiramos el tabaco al cubo de la basura. Los intelectuales hacen gala de las mismas ideas de moda; los consultores empresariales venden el mismo paquete de «transformación»; los líderes espirituales se vuelcan a las mismas pociones y las mismas bolas de cristal. Ya no sabemos pensar por nosotros mismos.

Uno de los principales criterios para una elevada inteligencia espiritual es ser lo que los psicólogos denominan «campo independiente». Significa ser capaz de plantarle cara al mundo o sostener una opinión impopular si uno cree en ella de verdad. Pero en este punto volvemos a la necesidad de tener conciencia de uno mismo y de que poseemos un centro personal. Si yo sólo existo desde la capa media del ego de mí mismo, no soy más que un conjunto de mecanismos individualizados que he creado como reacción a mis experiencias; no soy más que una máscara. De un modo negativo, todavía dependo de las reacciones y opiniones de los demás. Y si vivo desde la capa media y asociativa de mí mismo, formo parte del grupo.

Una alta IES requiere que tengamos un ego en funcionamiento y

una sana participación en el grupo, pero ambas cosas deben estar arraigadas en el centro profundo de nosotros mismos. Desde esta centrada perspectiva, desde lo que podríamos llamar perspectiva de «subversión profunda», me pongo de pie y ahora puedo contribuir con algo: mi perspectiva. Sé quien soy y lo que creo. No se trata de egoísmo, sino de verdadera individualidad, lo cual a menudo requiere un gran coraje.

Humberto Maturana, el joven hijo de un biólogo chileno, se sentía mal porque creía que sus profesores le hacían imposible aprender. Querían enseñarle lo que ellos sabían en vez de facilitarle lo que él necesitaba aprender. Como resultado, Maturana escribió la «Oración del estudiante» de la que ofrecemos una versión abreviada. Expresa perfectamente la respuesta de un individuo espiritualmente inteligente a las presiones conformistas de padres, maestros, jefes o de la multitud.

> No me impongáis lo que vosotros sabéis,
> yo quiero explorar lo desconocido
> y ser la fuente de mis propios descubrimientos.
> Que lo sabido sea mi liberación, no mi esclavitud.
>
> El mundo de vuestra verdad puede ser mi limitación;
> vuestra sabiduría, mi negación.
> No me instruyáis; caminemos juntos.
> Que mi riqueza empiece donde acaba la vuestra.
>
> Mostradme cómo subirme
> sobre vuestros hombros.
> Revelaos de modo que pueda
> ser algo diferente.
>
> Creéis que cada ser humano
> puede amar y crear.
> Comprendo pues vuestro miedo
> cuando pido que viváis según vuestra sabiduría.
>
> No sabréis quien soy
> si os escucháis a vosotros mismos.
> No me instruyáis; dejadme ser.
> Vuestro fracaso es que yo sea idéntico a vosotros.[1]

RETICENCIA A CAUSAR DAÑO

Nuestra cultura es atomista. Me separa a mí de ti, nos separa a «nosotros» de quienes son diferentes, aísla a los seres humanos, nos aparta de las demás criaturas vivientes y de la naturaleza en general. Freud declaró que el amor y la intimidad son imposibles: nunca podremos amar a nuestro vecino como a nosotros mismos.

La inteligencia espiritual requiere que tengamos conciencia de nuestro ser profundo, de nuestro centro personal, arraigado en el centro de la mismísima existencia, en el vacío cuántico. Según la teoría cuántica de campo, ya hemos visto que cada persona es un arrebato de energía, una pauta u onda en el «océano» del vacío. No podemos dibujar una frontera entre las olas y el océano ni tampoco entre nosotros y las demás «olas». Yo estoy dentro de ti, dentro de toda criatura y dentro de cada pizca de polvo y todo eso está en mi interior. Y todos somos formas individuales que contienen el mismo centro. Una persona de elevada IES sabe que cuando daña a otros, se daña a sí mismo. Cuando contamino la atmósfera con mi basura o mi ira, me contamino los pulmones o la mente. Cuando egoísta o innecesariamente causo sufrimiento a los demás, ese sufrimiento regresa como un dolor en mi propio ser, como algo que me distorsiona, algo que me menoscaba. Cuando me aíslo de los demás, lo hago de ese océano de energía y de potenciales que es mi propio centro. Una alta IES requiere que utilice mi espontaneidad profunda para responder a todos los demás y a toda existencia, y que asuma la responsabilidad de mi papel en el cuidado de esas cosas. Cuando causo un daño innecesario, abdico de esa responsabilidad que representa el propósito y el sentido más profundos de mi vida.

LO ESPIRITUALMENTE INTELIGENTE Y LA RELIGIÓN

Vimos al inicio de este libro que la inteligencia espiritual no está necesariamente relacionada con la religión. Una persona sumamente religiosa puede estar espiritualmente enferma; un ateo contumaz puede ser espiritualmente inteligente. Sin embargo, el desafío de lograr una alta inteligencia espiritual no es de ningún modo antirreligioso. La mayoría necesitamos alguna especie de marco «religioso» como referencia para la vida: los pensamientos de los grandes maes-

tros, los actos de los santos, las pautas de algún código ético. La mayoría nos apoyamos en algunas creencias básicas muy profundas. Muchos de nosotros nos sentiríamos perdidos sin ellas. Ciertamente, la existencia de un *punto divino* en la composición neurológica del cerebro revela que la capacidad de alguna forma de experiencia, fe o creencia religiosa le confiere una ventaja evolutiva a nuestra especie. Nos conecta con el sentido y los valores de una forma accesible, nos empuja a esforzarnos, nos otorga un sentido de propósito y de contexto.

Por tanto, ¿cuál es la diferencia entre una religión espiritualmente enferma y otra espiritualmente inteligente? Por cierto, no se trata de diferencias *entre* religiones ya que hay versiones espiritualmente enfermas e inteligentes de todas las religiones. La diferencia estriba en mi actitud, en la calidad de mis interrogantes y búsquedas, en la profundidad y amplitud de mis creencias, en la fuente profunda de mi fe.

Como ya sabemos, la IES se origina en el centro profundo del ser; aquella parte que se hunde en la potencialidad infinita del vacío cuántico. En la naturaleza, el vacío es capaz de tomar cualquier forma; tiñe y envuelve cualquier forma. Del mismo modo, cualquier sistema religioso en contacto con el centro contiene su propia versión de toda esa verdad contenida en el vacío cuántico. Cualquier forma religiosa radicada en el centro es una versión válida para ese centro. Esto es lo máximo y lo mejor que puede ser cualquiera de nosotros o cualquier conjunto de creencias o cualquier tradición: una expresión válida, una forma válida del centro. Si soy un cristiano espiritualmente inteligente lo que más amo de mi religión es que expresa el océano final y profundo de la potencialidad universal; sé que es una hermosa forma que puede asumir Dios. Pero tal como nos recuerdan los místicos judíos, Dios «tiene diez caras» (en otras palabras, muchas caras), y un auténtico místico es quien le conoce más caras de modo que puede reconocer a Dios detrás de cualquiera de ellas.

Como cualquier creyente espiritualmente inteligente de cualquier religión (musulmana, cristiana, budista, etc.), amo y respeto mi tradición, pero la amo porque es una de las numerosas formas que expresan la potencialidad del centro. Siento un respeto profundo y permanente por otras tradiciones y otras formas y hasta podría imaginarme a mí misma viviendo en una de esas tradiciones. Tal como lo expresó al'Arabi, el místico sufí del siglo XIII:

Mi corazón se ha vuelto capaz de cualquier forma: es un pastizal
para gacelas y un convento para monjes cristianos;
y un templo para ídolos y la Khaba de peregrinos
y las tablas de la Torá y el libro del Corán.
Sigo la religión del Amor; adondequiera me lleven
los camellos del Amor, allí están mi religión y mi fe.[2]

SER ESPIRITUALMENTE INTELIGENTE CON LA MUERTE

Acaso el aspecto más espiritualmente enfermizo de la cultura moderna sea nuestra incapacidad para lidiar con la muerte. Nos molesta, incluso nos aterroriza, y, por tanto, la negamos. La mayoría de los países occidentales tiene muy pocos rituales mortuorios significativos. Prácticamente ninguno tiene una perspectiva amplia en la que se pueda ver la muerte como parte natural del proceso vital. Médicos sensatos como el irlandés Michael Kearney nos han mostrado que el dolor físico que sentimos en el curso de morir en realidad está provocado por el miedo a afrontar un proceso que no comprendemos. Los pacientes que superan esto, sienten mucho menos dolor y necesitan menos medicinas para combatirlo.[3]

El miedo a la muerte surge de una falta de perspectiva, una incapacidad de poner la muerte en un mayor contexto. Pero esto no es simplemente una incapacidad de comprender la muerte. Se trata de un fracaso más profundo de comprender y apreciar la vida, un fracaso más grave de no saber poner la vida en una mayor perspectiva de significado y valores.

El Interludio de la página 113 de este libro contaba la historia de nuestros orígenes y etapas de desarrollo. Formamos parte de una larga historia de constante creación y destrucción, de materia y de conciencia que surgen del vacío cuántico, atraviesan espacio y tiempo por unos momentos y luego regresan al vacío. Nosotros somos esas formas efímeras que se lleva la potencialidad infinita antes de hacernos regresar para crear otras formas.

Una tarde del año pasado, mientras meditaba, me di cuenta de que cuando sentía la certidumbre más profunda y una inmensa sensación de paz siempre llevaba la muerte conmigo. La muerte es una compañera constante de mi vida, un estado más de mi actual existencia. La muerte no es un «después» ni un «final», sino un estado exis-

tencial en curso, un nivel más de mi ser. En términos de un teórico cuántico, mi actual forma viviente es un estado de energía activa mientras que la muerte es ese estado de energía más profunda que llevo en mi interior y que un día me reabsorberá. Los físicos nos dicen que toda energía se conserva. El total de energía del universo jamás cambia; y la energía que yo soy ahora, la energía que hoy se concreta en mi cuerpo vivo, existirá para siempre. El proceso de vivir y de morir simplemente significa que esta energía prestada que hoy soy yo un día tomará otra forma. Mi *ser* profundo, ese profundo océano de potencialidad del que mi actual vida no es más que una onda, no tiene principio ni final.

Por tanto, la vida y la muerte forman parte de un proceso cíclico de energía que surge del vacío cuántico y que por un instante toma una forma que luego vuelve a disolverse en el vacío. Esto sucede una y otra vez, para siempre, o al menos mientras nacen y mueren los universos. Los ciclos anuales y estacionales de la naturaleza en la tierra actúan en el mismo drama así como ciertamente hacen las moléculas individuales de nuestro cuerpo mientras van y vienen por el modelo persistente de energía que somos nosotros. La muerte no es más que una parte necesaria y natural de la constante transformación de energía que es la vida y que constatamos de forma invariable y sin sombra de miedo en el paso de las estaciones. Rilke lo sabía cuando escribió sobre «la muerte, familiar y nuestra» en la novena de sus *Elegías de Duino*.

> Tierra: ¿no es *este* tu deseo? Invisiblemente...
> Dentro de nosotros... ¿establecer tu ser?
> ¿No es acaso tu sueño estar aquí un día
> invisible? ¡Tierra! ¡No eres más visible!
> Y si no es transformación, ¿qué misión me has dado?
> Tierra, mundo amado, lo haré; ¡oh, lo creo!
> Ya no se necesitan las estaciones de la primavera,
> cada una más rica de lo que soporta la sangre,
> para ganarme y hacerte tuyo...
> Tuyo desde el principio: anónimo pero ya contratado.
> Nunca te equivocaste; Muerte, familiar y nuestra,
> es tu don y fue tu invento sagrado.
> Ves, ¡estoy vivo! ¿Qué me vive? Ni la infancia
> ni el futuro disminuyen. Superan todo número,
> El mero *ser* salta en mi corazón.[4]

Una comprensión espiritualmente inteligente de la muerte permite ver este mayor contexto de ser del que la muerte no es más que un estado del gran proceso continuo.

RECORDANDO LAS PREGUNTAS

Llegamos al fin de este libro. Para mí ha sido un viaje largo y a veces doloroso ya que las exigencias de la inteligencia espiritual no son fáciles.

Una alta IES requiere que seamos muy honestos con nosotros mismos. Requiere que afrontemos las opciones y nos demos cuenta de que a veces esas opciones son difíciles. Una alta IES exige la más intensa integridad personal. Exige que seamos conscientes del centro profundo de nuestro ser y lo vivamos trascendiendo todos los fragmentos que nuestras vidas han roto. Exige que nos recompongamos a nosotros mismos, incluyendo aquellas partes que nos han sido difíciles o dolorosas. Pero más que nada, una alta IES exige que nos mantengamos abiertos a la experiencia, que recuperemos nuestra capacidad de ver la vida y a los demás con ojos tan nuevos como los de un niño. Exige que dejemos de buscar refugio en lo que sabemos y que exploremos y aprendamos constantemente aquello que no sabemos. Exige que vivamos más las preguntas que las respuestas. Acabaré citando a Rainer Maria Rilke una vez más:

> Te ruego lo más que puedo que seas paciente
> yendo hacia lo que no está resuelto en tu corazón
> y que aprendas a amar las mismas preguntas
> como habitaciones cerradas.
> O como libros escritos en lengua extranjera.
>
> No busques las respuestas que no se te pueden dar
> porque no serías capaz de vivirlas.
> Y el asunto es vivirlo todo.
>
> Vive las preguntas ahora,
> acaso entonces, poco a poco,
> casi sin darte cuenta,
> a lo largo de un día lejano
> vivirás la respuesta.[5]

APÉNDICE

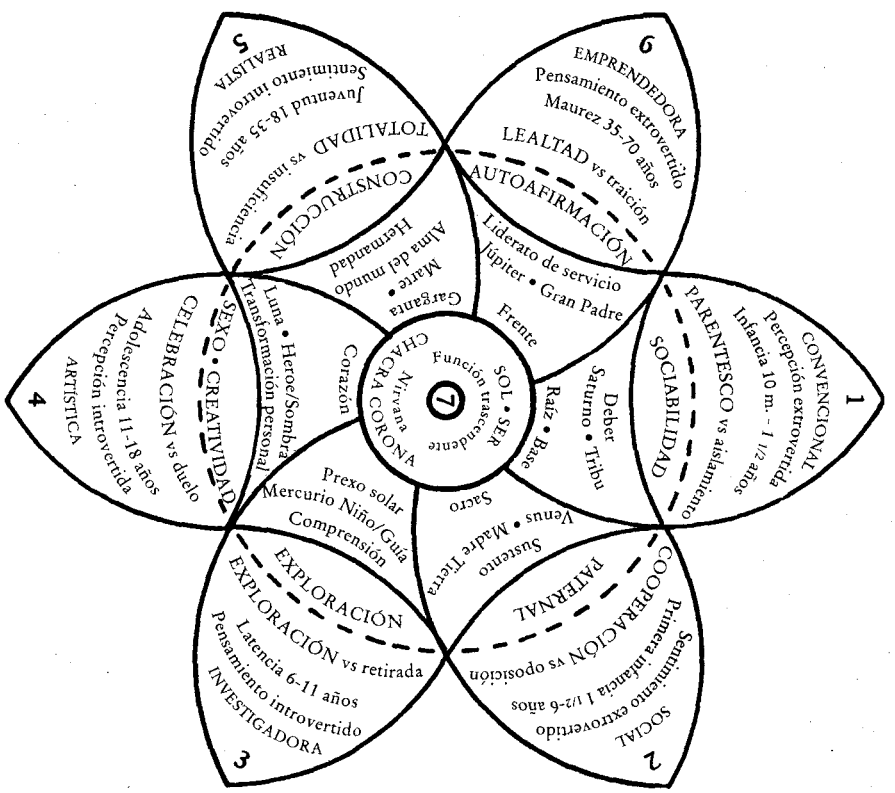
Numerosos sistemas de clasificación psicológica se corresponden con el Loto del Ser. La siguiente carta resume esos sistemas que yo sé que encajan al menos un 75 por ciento con el loto. Se han omitido algunos sistemas de clasificación porque no presentan correspondencias útiles (los siete colores del arco iris o los siete cielos) y algunos más porque no son suficientemente conocidos.

He aquí unas breves notas para ayudar a profundizar en los quince sistemas aquí representados:

1. Véanse capítulos 6-8 de este libro.
2. Véase capítulo 6 de este libro; también Briggs Myers y Myers en capítulo 8.
3. Véase capítulo 7.
4. Algún esquema semejante es común en varias formas de psicoterapia. White (1993) relaciona un esquema similar con los chacras.
5. Véase Tripp (1970) o Chevalier y Gheerbart (1996), también capítulo 7 de este libro.
6. Véase Chevalier y Gheerbart (1996).
7. Véase Samuels (1985) o Chevalier y Gheerbart (1996).
8. Myss (1997) relaciona los chacras con los sacramentos de esta manera.
9. Véase capítulo 7. También White (1993), Campbell (1974), Myss (1997) y Feuerstein (1996).
10. Para el enfoque occidental, místico o esotérico de este sistema judío, véase Knight (1972). Él también relaciona parte del Árbol de la Vida con los siete planetas, casi como se ven (sólo Saturno se ha movido). Para la opinión ortodoxa, véase Scholem (1963).

CORRELATOS DEL LOTO

A. DEL EGO OCCIDENTAL							
1. OCUPACIONES (Holland)	CONVENCIONAL	SOCIAL	INVESTIGADORA	ARTÍSTICA	REALISTA	EMPRENDEDORA	—
2. TIPOS DE PERSONALIDAD (Jung)	Percepción extrovertida	Sentimiento extrovertido	Pensamiento introvertido	Pensamiento introvertido	Sentimientos introvertidos	Pensamiento extrovertido	(Función trascendente)
3. MOTIVACIONES (Cattell)	Sociabilidad	Paternal	Exploración	«Sexo» (Creatividad)	Construcción	Autoafirmación	Religiosas
4. ETAPAS DE LA VIDA	Infancia (0-1 1/2 años)	Primera infancia (1 1/2-6)	Latencia (6-11)	Adolescencia (11-18)	Juventud (18-35)	Madurez (35-70)	Cualquier edad
B. ARQUETÍPICO							
5. PLANETAS Romano / Griego	SATURNO / Cronos	VENUS / Afrodita	MERCURIO / Hermes	LUNA (Diana) / Artemisa, Hecate	MARTE / Ares	JÚPITER / Zeus	SOL / Apolo
6. ELEMENTOS, etc.	Infierno	Tierra	Aire	Mundo de las alturas	Fuego	Agua	(Pleno/Vacío)
7. GENERAL (Jung, etc.)	TRIBU/Participación Mística	MADRE TIERRA	GUÍA/Niño/ Embucador	SOMBRA/Héroe Eros/Doncella	ALMA DEL MUNDO Ágape-Gaia	GRAN PADRE Logos/redención	SER Ens
C. RELIGIOSO							
8. SACRAMENTOS (Cristianos)	BAUTISMO	COMUNIÓN	PENITENCIA	BODA	CONFIRMACIÓN	ORDENACIÓN	FUNCIÓN EXTREMA
9. CHACRAS (Hindúes)	I Raíz, Base	II Sagrado	III Plexo solar	IV Corazón	V Garganta	VI Frente	VII Corona
10. CÁBALA (Judía)	Malkuth	Netzach	Hod	Yesod	Geburah	Chesed	Tiphareth
11. BARDOS (Budismo tibetano)	Dharma contra ansias	Sangha contra odio	Buda contra ignorancia	Las Furias contra la Sombra	Deidades pacíficas contra la Muerte	Buda tutelar contra orgullo	(Luz primaria clara)
12. NIVELES (K. Wilber)	3. Mágico	4. Mítico	5. Racional	6. Visión-Lógica	7. Psíquico	8. Sutil	9. Causal
D. MOVIMIENTO HACIA ADENTRO							
13. CAMINOS	DEBER	SUSTENTO	COMPRENSIÓN	TRANSFORMACIÓN PERSONAL	HERMANDAD	LIDERAZGO DE SERVICIO	(NIRVANA)
14. RESPUESTAS	PARENTESCO contra alejamiento	COOPERACIÓN contra oposición	EXPLORACIÓN contra retirada	CELEBRACIÓN contra Duelo	TOTALIDAD contra insuficiencia	LEALTAD contra Traición	ECUANIMIDAD contra alteración
		Antagonismos,	Problemas prácticos,	Juegos/Rupturas	«Vida pasada»	Propósitos básicos	—
15. TERAPIA	Traumas, culpa	Proyecciones	Defensas		Incidentes		



El Loto del Ser

11. Véase Evans-Wentz (1960), también Campbell (1974) quien relaciona los bardos con los chacras casi de este modo. He relacionado 1, 2 y 3 con las Tres Joyas contra los Tres Venenos (véase cualquier introducción al budismo).
12. Véase Wilber (1995). Siete de los diez niveles se corresponden en orden con las partes interiores de los pétalos y del centro, pero este arreglo es más jerárquico.
13. Véase capítulo 13.
14. Véase capítulo 14 de este libro; también Guest y Marshall (1997) por un modelo relacionado.
15. Para discutir estas atribuciones adecuadamente, se necesitarían varios capítulos.

BIBLIOGRAFÍA

AHERN, Geoffry, *Spiritual/Religious Experience in Modern Society,* Fundación Alastair Hardy, Oxford, 1990.

ALLPORT, Gordon, *The Individual and His Religion*, MacMillan, Nueva York, 1950.

BANQUET, P. P., «Spectral Analysis of the EEG in Meditation», *Electroencephalography and Clinical Neurophysiology*, 35, pp. 143-151, 1973.

BATCHELOR, Stephen, ed., *The Jewel in the Lotus*, Wisdom Publications, Londres, 1987.

BENSON, H., *The Relaxation Response,* William Morrow, Nueva York, 1975.

BLAKEMORE, Colin y Susan Greenfield, *Mindwaves*, Basil Blackwell, Oxford, 1987.

BLY, Robert, trad., *The Kabir Book*, Beacon Press, Boston, 1971.

BODEN, Margaret G., *Computer Models of Mind,* Cambridge University Press, Nueva York, 1988.

BOHM, David, *Quantum Theory,* Constable, Londres, 1951.

BRESSLER, S. L. y W. J. Freeman, *Electroencephalography and Clinical Neurophysiology*, vol. 50, pp. 19-24, 1980.

BRIGGS MYERS, Isabel y Peter B. MYERS, *Gifts Differing*, Davies-Black Publishing, Palo Alto, 1995.

BROD, J. H., «Creativity and Schizotypy», en *Schizotypy*, de Gordon Claridge, Oxford University Press, Oxford y Nueva York, 1997.

CAIRD, D., «Religiosity and Personality: Are Mystics Introverted, Neurotic or Psychotic?, *British Journal of Social Psychology*, 26, pp. 345-346, 1987.

CAMPBELL, Joseph, *The Mythic Image*, Princeton University Press, Princeton, 1974.

CAMPBELL, Joseph y Bill Moyers, *The Power of Myth*, Doubleday, Nueva York, 1988 (*El poder del mito*, Salamandra, 1993)

CARSE, James, *Finite and Infinite Games*, Ballantine Books, Nueva York, 1986.

CASTANEDA, *The Teachings of Don Juan*, Penguin Books, Londres, 1970 (*Las enseñanzas de don Juan*, Fondo de Cultura Económico, 1993).

CATTELL, R. B., *Personality and Motivation Structure and Measurement*, World Book Company, Nueva York, 1957.
CHALMERS, David J., «Moving Forward On the Problem of Consciousness», *Journal of Consciousness Studies*, vol. 4, n.º 1, 1997.
CHEVALIER, Jean y Alain Gheerbrandt, *The Dictionary of Symbols*, Penguin Books, Londres, 1996.
CLARIDGE, Gordon, *Schizotypy*, Oxford University Press, Oxford y Nueva York, 1997.
COLES, Robert, *The Spiritual Life of Children*, Houghton Mifflin, Boston, 1990.
COOK, C. M. y M. A. Persinger, «Experimental Induction of a "Sensed Presence" in Normal Subjects and an Exceptional Subject», *Perceptual and Motor Skills*, 85 (2), pp. 683-693, octubre, 1985.
COUGHLAN, C. D. y J. D. Dodd, *The Ideas of Particle Physics*, 2.ª edición, Cambridge University Press, Cambridge y Nueva York, 1991.
CRICK, Francis, *The Astonishing Hypothesis*, Simon and Schuster, Londres, 1994.
DAMASIO, Antonio R., *Descartes' Error*, Papermac (MacMillan), Londres, 1996 (*El error de Descartes*, Crítica, 1996).
DANTE, A., *La divina comedia*.
DE HENNEZEL, Marie, *Intimate Death*, Warner Books, Londres, 1997.
DEACON, Terrance, *The Symbolic Species*, Allen Lane Penguin, Londres, 1997.
DEL GUIDICE, E., G. Preparata y G. Vitiello, «Water as a Free Electric Dipole Laser», *Physical Review Letters*, 61, pp. 1085-1088, 1988.
DENNETT, D. C., *Consciousness Explained*, Little Brown, Boston, 1991.
DESCARTES, René, *Meditations*, Bobbs-Merrill, Nueva York, 1960.
DESMEDT, J. E. y C. Tomberg, *Neuroscience Letters*, vol. 168, pp. 126-129, 1994.
DOSTOIEVSKI, Fiodor, *Crimen y castigo*.
DOUGLAS, R. y K. Martin, «Neocortex» en *The Synaptic Organization of the Brain*, 4.ª edición, Oxford University Press, Oxford y Nueva York, 1998.
EDELMAN, Gerald, *Bright Air, Brilliant Fire*, Penguin, Nueva York y Londres, 1992.
ELIOT, T. S., *Four Quartets (Cuatro cuartetos)*, Faber, Londres, 1994.
EMERSON, Ralph Waldo, «The Over-Soul», en *Selected Essays*, Penguin Classics, Londres, 1985.
EVANS-WENZ, W. Y., *El libro tibetano de los muertos*, Kairòs, Barcelona.
FEUERSTEIN, G., *The Shambala Guide to Yoga*, Shambala Press, Boston y Londres, 1996.
FRANKL, Viktor, *Man's Search for Meaning*, Pocket Books, Washington Square Press, Nueva York y Londres, 1985.
FREUD, Sigmund, *The Ego and the Id, Collected Works*, vol. 19, Hogarth Press, Londres, 1923.
GARDNER, Howard, *Multiple Intelligences*, HarperCollins, Nueva York, 1993.

GHOSE, G. M. y R. D. Freeman, *Journal of Neurophysiology*, vol. 58, pp. 1.558-1.574, 1992.
GODDARD, D. A., *A Buddhist Bible*, Faith India, Delhi, 1999.
GOLEMAN, Daniel, *Emotional Intelligence*, Bantam Books, Nueva York, 1996 (*La inteligencia emocional*, Kairòs, Barcelona, 1996).
GOTTFRIEDSON, G. D. y J. L. Holland, *Dictionary of Holland Occupational Codes*, 3.ª edición, Psychological Assessment Resources Inc., Florida, 1996.
GRAVES, Robert, *The White Goddess (La diosa blanca)*, Faber, Londres, 1961.
GRAY, C. M. y W. Singer, «Stimulus Dependent Neuronal Oscillations in the Cat Visual Cortex Ares», *Neuroscience* (suplemento), 22:1301P, 1987.
—, «Stimulus-Specific Neuronal Oscillations in Orientation Columns of Cat Visual Cortex», *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 86:1698-1702, 1989.
GRAY, John, *Men are from Mars, Women are from Venus*, HarperCollins, Londres, 1992 (*Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus*, Grijalbo-Mondadori, 1995).
GREEN, Michael, «A Resonance Model Gives the Response to Membrane Potential for an Ion Channel», *Journal of Theoretical Biology*, vol. 193, pp. 475-483, 1998.
GREENLEAF, Robert, *Servant Leadership: A Journey into the Nature of Legitimate Power and Greatness*, Paulist Press, Nueva York, 1977.
GROF, Christina y Stanislav Grof, *The Stormy Search for the Self*, Thorsons, Londres, 1991.
GUEST, Hazel e I. N. Marshall, «The Scale of Responses: Emotions and Mood in Context», *International Journal of Psychotherapy*, 2 (2), pp. 149-169, 1997.
GUYTON, A. C., *Structure and Function of the Nervous System*, W.B. Saunders, Filadelfia, 1972.
HALDANE, J. B. S., «Quantum Mechanics as a Basis for Philosophy», *Philosophy of Science*, 1, pp. 78-98, 1934.
HAMEROFF, S. y R. Penrose, «Conscious Events as Orchestrated Time-Space Selections», *Journal of Consciousness Studies*, vol. 3 (1), pp. 36-53, 1996.
HAPPOLD, F. C., *Mysticism*, Penguin, Londres, 1963.
HARDY, Alastair, *The Spiritual Nature of Man*, Oxford University Press, Oxford, 1979.
HARI, Riitta y Riitta Salmelin, «Human Cortical Oscillations: A Neuromagnetic View Through the Skull», *Trends in Neuroscience (TINS)*, vol. 20, n.º 1, pp. 44-49, 1997.
HARVEY, Andrew, *The Essential Mystics*, Castle Books, Nueva Jersey, 1996.
HESCHEL, Abraham, *God in Search of Man*, Farrar, Straus and Giroux, Nueva York, 1955.
HILLMAN, James, *The Soul's Code*, Random House, Nueva York, 1996.
HOBSBAWM, Eric, *The Age of Extremes*, Michael Joseph, Londres, 1994.

HOGEN, Y., *On the Open Way*, Jiko Oasis Books, Liskeard, Cornwall, 1993.
HOLLAND, J. L., *Making Vocational Choices*, 3.ª edición, Psychological Assessment Resources, Florida, 1997.
HOUSTON, Jean, *A Passion for the Possible*, Thorsons, Londres, 1998.
HUXLEY, Julian, *Religion without Revelation*, New American Library, Nueva York, 1957.
INCHAUSTI, Robert, *Thomas Merton's American Prophecy*, State University of New York Press, Albany, 1998.
JACKSON, Michael, «A Study of the Relationship Between Spiritual and Psychotic Experience», tesis inédita, Oxford University, 1991.
JACKSON, Michael, «Benign Schizotypy? The Case of Spiritual Experience» en *Schizotypy* de Gordon Claridge, Oxford University Press, Oxford, 1997.
JAMES, William, *The Varieties of Religious Experience (Las variedades de la experiencia religiosa)*, The Modern Library, Nueva York, 1929.
JAMISON, Kay Redfield, *Touched with Fire*, The Free Press, Nueva York, 1993.
JARRETT, Keith, *The Eyes of the Heart*, ECM Records, 78118-21150-2/4.
JOBST, Kim A., Daniel Shostak y Peter J. Whitehouse, «Diseases of Meaning: Manifestations of Health and Metaphor», *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 1999.
JOYCE, James, *Retrato del artista adolescente*.
JUAN DE LA CRUZ, san, *Obras completas*.
JUNG, C. G., *Collected Works*, Routledge & Keagan Paul, Londres, 1954.
—, *Memories, Dreams, Reflections*, Collins and Routledge & Keagan Paul, Londres, 1963.
KAKU, Michio, *Hyperspace*, Oxford University Press, Oxford y Nueva York, 1994.
KANDEL, E. R. y R. D. Hawkins, «The Biological Basis of Learning and Individuality», *Scientific American*, septiembre 1992.
KEARNEY, Michael, «Working with Soul Pain in Palliative Care», inédito.
—, *Mortally Wounded*, Touchstone Books, Nueva York, 1996.
KLEINBARD, David, *The Beginning of Terror: A Psychological Study of Rainer Maria Rilke's Life and Work*, New York University Press, Nueva York, 1993.
KNIGHT, G. A., *A Practical Guide to Qabalistic Symbolism*, 2 vol., Helios, 1972.
KUFFLER, S. W. y J. G. Nicholls, *From Neuron to Brain*, Sinauer, Mass., 1976.
KUHN, Thomas, *The Structure of Scientific Revolutions*, University of Chicago Press, Chicago, 1962.
LAING, R. D., *The Divided Self*, Penguin, Londres, 1959.
—, *The Politics of Experience and the Bird of Paradise*, Penguin, Londres, 1967.
LAWRENCE, D.H., *Collected Poems*, Penguin, Nueva York, 1993.
LLINAS, Rodolfo y Urs Ribary, «Coherent 40-Hz Oscillation Characterizes Dream State in Humans», *Proceedings of the National Academy of Science USA*, vol. 90, pp. 2.078-2.081, marzo 1993.

LOCKE, John, *An Essay Concerning Human Understanding*, Oxford Clarendon Press, Oxford, 1947.
LOSADA, Marcial, traducción y versión de *La oración del estudiante* de Humberto Maturana, inédito.
MCLELLAND, J. L. y D. E. Rumelhart, *Parallel Distributed Processing*, vol. 2, MIT Press, Londres y Cambridge, Mass., 1986.
MARSHALL, I. N., «Some Phenomenological Implications of a Quantum Model of Consciousness», *Minds and Machines*, 5, pp. 609-620, 1995.
—, «Some Phenomenological Implications of a Quantum Model of ss», *Minds and Machines*, 5, pp. 609-620, 1995.
—, «Three Kinds of Thinking», en *Towards a Scientific Basis for Consciousness*, de S. R. Hameroff, A. W. Kazniak y A. C. Scott, MIT Press, Mass. y Londres, 1996.
MARTIN, P. W., *Experiment in Depth*, Rouletdge and Keagan Paul, Londres y Boston, 1955.
MATTHEWS, John, *The Arthurian Tradition*, Element Books, Shaftesbury, 1989.
MAY, Rollo, *Love and Will*, W. W. Norton, Nueva York, 1969.
MERTON, Thomas, *The Asian Journal*, New Directions, Nueva York, 1968.
MINSKY, Marvin, *Computation*, Prentice-Hall, Londres, 1972.
MYSS, Caroline, *Anatomy of the Spirit*, Bantam Books, Nueva York, 1997.
NIETZSCHE, F., *Así habló Zaratustra*.
OLIVIER, Richard, *Shadow of the Stone Heart: A Search of Manhood*, Pan Books, Londres, 1995.
PAGELS, Elaine, *The Gnostic Gospels*, Random House, Nueva York, 1979 (*Los evangelios gnósticos*, Grijalbo-Mondadori, Barcelona, 1982).
PARE, Denis y Rodolfo Llinas, «Conscious and Preconscious Proceses As Seen From the Standpoint of Sleep-Waking Cycle Neurophysiology», *Neurophysiologia*, vol. 33, nº 9, pp. 1155-1168, 1995.
PERSINGER, M. A., «Feelings of Past Lives as Expected Perturbations Within the Neurocognitive Processes That Generate the Sense of Self: Contributions from Limbic Liability and Vectorial Hemisphericity», *Perceptual and Motor Skills*, 83 (3 pt. 2), pp. 1107-1121, diciembre 1996.
POPPER, K. R. y J. C. Eccles, *The Self and its Brain*, Springer-Verlag, Berlín, 1977.
POST, Felix, «Creativity and Psychopathology. A Study of 291 World-Famous Men», *British Journal of Psychiatry*, 165, pp. 22-34.
PRATT, Annis, *Dancing with Goddesses*, Indiana University Press, Bloomington e Indianapolis, 1994.
RAMACHANDRAN, V. S. y Sandra Blakeslee, *Phantoms in the Brain*, Fourth State, Londres, 1998.
REPS, Paul, *Zen Flesh, Zen Bones*, Penguin, Londres, 1971.
RIBARY, V., R. Llinas y otros, «Magnetic Field Tomography of Coherent Thalamocortical 40-Hz Oscillations in Humans», *Proceedings of the National Academy of Sciences USA*, 88, pp. 11037-11041, 1991.

RICHARDSON, A. J., «Dyslexia and Schizotypy», en *Schizotypy*, de Gordon Claridge, Oxford University Press, Oxford, 1997.
RILKE, Rainer Maria, *Rilke on Love and Other Difficulties*, W.W. Norton, Nueva York, 1975.
—, *Sonetos a Orfeo.*
—, *Elegías de Duino.*
—, *Cartas a un joven poeta.*
RINPOCHE, Sogyal, *El libro tibetano de los vivos y los muertos.*
ROGERS, Carl, *On Becoming a Person*, Constable, Londres, 1961.
RUMELHART, D. R. y J. L. McLelland, *Parallel Distributed Processing*, 2 vol., MIT Press, Cambridge, 1986.
RUSSELL, Bertrand, *The Analysis of Matter*, Keagan Paul, Londres, 1927.
SAMUELS, A., *Jung and the Post-Jungians*, Routledge & Keagan Paul, Londres, 1985.
SCHOLEM, Gershom, *The Zohar*, Schocken Books, Nueva York, 1963.
SEYMOUR, J. y D. Norwood, «A Game for Life», *New Scientist*, pp. 23-26, 1993.
SINGER, W. y C. M. Gray, «Visual Feature Integration and the Temporal Correlation Hypothesis», *Annual Reviews of Neuroscience*, 18, pp. 555-586, 1995.
SINGER, W., «Striving for Coherence», *Nature*, vol. 397, pp. 391-393, 4 de febrero, 1999.
SKARDA, C. A. y W. J. Freeman, «How Brains Make Chaos in Order to Make Sense of the World», *Behavioural and Brain Sciences*, 10 (2), pp. 161-173, 1987.
SUZUKI, D. T., *Manual of Zen Budhism*, Rider, Londres, 1950.
TAGORE, Rabindranath, *Gitanjali*, MacMillan, Londres, 1912.
TARNAS, Richard, *The Passion of the Western Mind*, Pimlico, Londres, 1996.
TILLEY, D. R. y J. Tilley, *Superfluidity and Superconductivity*, Adam Hilger, Bristol y Boston, 1986.
TOLKIEN, J. R. R., *El señor de los anillos*, Minotauro, Barcelona.
TREISMAN, Ann, «Features and Objects in Visual Processing», *Scientific American*, vol. 255, n.° 5, noviembre 1986.
TRIPP, E., *Dictionary of Classical Mythology*, HarperCollins, Londres, 1998.
TUCCI, Giuseppe, *The Theory and Practice of the Mandala*, Rider, Londres, 1961.
WALSCH, Neale Donald, *Conversaciones con Dios.*
WHITE, R., *Working with your Chacras*, Piatkus, Londres, 1993.
WILBER, Ken, ed., *The Holographic Paradigm and other Paradoxes*, New Science Library, Boulder, EE.UU., 1982.
WILBER, Ken, *Eye to Eye*, Anchor Books, Nueva York, 1983.
—, *Sex, Ecology and Spirituality*, Shambala, Boston y Londres, 1995.
WRIGHT, Peggy Ann, «The Interconnectivity of Mind, Brain and Behaviour in Altered States of Consciousness: Focus on Shamanism», *Alternative Therapies*, 1, n° 3, pp. 50-55, julio 1995.
YAZAKI, Katsuhiko, *The Path to Liang Zhi*, Future Generations Alliance Foundation, Kioto, 1994.
YEATS, William Butler, *Selected Poems and Two Plays*, Collier Books, Nueva York, 1962.
ZOHAR, Danah, *The Quantum Self*, Bloomsbury, Londres, y William Morrow, Nueva York, 1990.
ZOHAR, Danah e I. N. Marshall, *The Quantum Society*, Bloomsbury, Londres, y William Morrow, Nueva York, 1994.

NOTAS

PRÓLOGO

1. Citado en *A Passion for the Possible*, de Jean Houston.

CAPÍTULO 1

1. Daniel Goleman, *La inteligencia emocional.*
2. Véase Terrance Deacon, *The Symbolic Species.*
3. Véase James Carse, *Finite and Infinite Games.*
4. T. S. Eliot, *Cuatro cuartetos.*
5. Citado en *The Essential Mystics*, de Andrew Harvey.
6. Abraham Heschel, *God in Search of Man.*
7. Citado en *Shadow of the Stone Heart*, de Richard Olivier.

CAPÍTULO 2

1. Véase «Diseases of Meaning: Manifestations of Health and Metaphor», de K.A. Jobst y otros.
2. D.H. Lawrence, *Collected Poems.*

CAPÍTULO 3

1. El título y gran parte del contenido pertenecen a «Three Kinds of Thinking» de I. N. Marshall.
2. Gerald Edelman, *Bright Air, Brilliant Fire.*
3. Se trata de información disponible en cualquier libro de texto de neuro-

logía. Véase, por ejemplo, *Structure and Function of the Nervous system*, de A. C. Guyton.
4. Véase, por ejemplo, *Computer Models of the Mind*, de M. G. Boden o *Computation* de Marvin Minsky.
5. James Carse, *Finite and Infinite Games*.
6. D. E. Rumelhart y J. L. McLelland, *Parallel Distributed Processing*.
7. *Ibíd.*
8. E. R. Kandel y R. D. Hawkins, «The Biological Basis of Learning and Individuality».
9. J. Seymour y D. Norwood, «A Game for Life».
10. Ann Treisman, «Features and Objects in Visual Processing».
11. Antonio Damasio, *El error de Descartes*.
12. Véase «Stimulus-Specific Neuronal Oscillations in Orientation Columns of Cat Visual Cortex» y «Visual Feature Integration and the Temporal Correlation Hypothesis» de C. M. Gray y W. Singer; y «Striving for Coherence», de W. Singer.
13. Una referencia excelente es *The Relaxation Response*, de H. Benson. Véase también «Spectral Analysis of the EEF in Meditation», de J. P. Banquet.
14. Ken Wilber, *Eye to Eye*.
15. Sogyal Rinpoche, *El libro tibetano de los vivos y los muertos*, p. 40.

CAPÍTULO 4

1. Denis Pare y Rodolfo Llinas, «Conscious and Preconscious Processes As Seen From the Standpoint of Sleep-Waking Cycle Neurophysiology».
2. John Locke, *An Essay Concerning Human Understanding*, II.2.
3. Francis Crick, *The Astonishing Experience*, p. 3.
4. Michael Jackson, «Benign Schizotypy? The Case of Spiritual Experience».
5. Francis Crick, *The Astonishing Hypothesis*, p. 246.
6. Para ver ilustraciones y descripción de la tecnología MEG, véase «Human Cortical Oscillations: A Neuromagnetic View Through the Skull», de Riitta Hari y Riitta Salmelin.
7. Rodolfo Llinas, «Mindness as a Functional State of the Brain», en *Mindwaves* de Colin Blakemore y Susan Greenfield, p. 339.
8. También hay un equipo francés que ha publicado material interesante sobre este problema de oscilaciones de 40 Hz y conciencia. Véase J. E. Desmedt y C. Tomberg, en *Neuroscience Letters*, 1994.
9. G. M. Ghose y R. D. Freeman, *Journal of Neurophysiology*.
10. S. L. Bressler y W. J. Freeman, *Electroencephalography and Clinical Neurophysiology*.

11. Rodolfo Llinas y Urs Ribary, «Coherent 40 Hz Oscillation Characterizes Dream State in Humans».
12. Denis Pare y Rodolfo Llinas, «Conscious y Preconscious Processes As Seen From the Standpoint of Sleep-Waking Cycle Neurophysiology».
13. *Ibíd.*, p. 1155.
14. David J. Chalmers, «Moving Forward On the Problem of Consciousness».
15. René Descartes, *Meditations*.
16. En un artículo de *Scientific American* de hace varios años, Crick dice abiertamente que acaso deberíamos comprender la conciencia por medio del significado. Pero como señala David Chalmers, hay un significado y un sentido. Un reduccionista como Crick quiere decir con «significado» simplemente «ciertas correlaciones con el medio ambiente y ciertos efectos en el procesamiento posterior» (Chalmers) mientras que muchos de nosotros pensamos que «significado» también se refiere a cosas más elevadas.
17. David J. Chalmers, «Moving Forward On the Problem of Consciousness».
18. Julian Huxley, *Religion Without Revelation*.
19. C. G. Jung, «On the Nature of the Psyche».
20. I. N. Marshall, «Some Phenomenological Implications of a Quantum Model of Consciousness».
21. Este argumento de que existe una base cuántica para la conciencia en el cerebro fue propuesto por primera vez por Ian Marshall en «Consciousness and Bose-Einstein Condensates».
22. J. B. S. Haldane, «Quantum Mechanics as a Basis for Philosophy».
23. David Bohm, *Quantum Theory*.
24. E. del Guidice y otros, «Water as a Free Electric Dipole Laser».
25. S. Hameroff y R. Penrose, «Conscious Events as Orchestrated Time-Space Selections».
26. I. N. Marshall, «Consciousness and Bose-Einstein Condensates».
27. Danah Zohar, *The Quantum Self*.
28. Danah Zohar e I. N. Marshall, *The Quantum Society*.
29. Michael Green, «A Resonance Model Gives the Response to Membrane Potential for an Ion Channel».
30. R. Douglas y K. Martin, «Neocortex».
31. D. R. Tilley y J. Tilley, *Superfluidity and Superconductivity*.
32. G. D. Coughlan y J. G. Dodd, *The Ideas of Particle Physics*.

CAPÍTULO 5

1. V. S. Ramachandran y Sandra Blakeslee, *Phantoms in the Brain*, p. 175.

2. *Ibíd.*
3. M. A. Persinger, «Feelings of Past Lives as Expected Perturbations Within the Neurocognitive Processes That Generate the Sense of Self: Contributions from limbic Liability and Vectorial Hemisphericity».
4. C. M. Cook y M. A. Persinger, «Experimental Induction of a Sensed Presence in Normal Subjects and an Exceptional Subject».
5. Peggy Ann Wright, «The Interconnectivity of Mind, Brain and Behaviour in Altered States of Consciousness: Focus on Shamanism».
6. Según el *Daily Times* de Londres, 2 de noviembre, 1997. Véase también capítulo 9 de *Phantoms in the Brain*, de V. S. Ramachandran y Sandra Blakeslee.
7. M. A. Persinger, véase nota 1.
8. William James, *Las variedades de la experiencia religiosa,* pp. 17-19.
9. F. C. Happold, *Mysticism*, pp. 134-135.
10. William James, *Las variedades de la experiencia religiosa.*
11. Rainer Maria Rilke, «Experiencia» en *Briefe aus den Jahren* 1914-1921, p. 227.
12. Michael Jackson, «Benign schizotypy? The Case of Spiritual Experience».
13. Geoffry Ahern, «Spiritual/Religious Experience in Modern Society». Este estudio es comentado ampliamente en «Benign Schizotypy. The Case of Spiritual Experience», de Michael Jackson.
14. Comentado en «Benign Schizotypy? The Case of Spiritual Experience», en p. 238 de *Schizotypy*, de Gordon Claridge.
15. *Ibíd.*, p. 239.
16. Michael Jackson, «A Study of the Relationship Between Spiritual and Psychotic Experience».
17. Michael Jackson, «Benign Schizotypy? The Case of Spiritual Experience», en *Schizotypy*, de Gordon Claridge, p. 236.
18. *Ibíd.*, p. 237.
19. *Ibíd.*, p. 242.
20. D. Caird, «Religiosity and Personality: Are Mystics Introverted, Neurotic or Psychotic?»
21. William James, *Las variedades de la experiencia religiosa.*
22. E. Underhill, citado en «Benign Schizotypy? The Case of Spiritual Experience», de Michael Jackson.
23. Gordon Claridge, *Schizotypy*, p. 31.
24. Citado en *The Beginning of Terror,* p. 227, de David Kleinbard.
25. Citado en *Schizotypy*, de G. Claridge.
26. A. J. Richardson, «Dyslexia and Schizotypy», en *Schizotypy*, de G. Claridge.
27. Felix Post, «Creativity and Psychopathology».
28. Kay Redfield Jamison, *Touched with Fire.*
29. *Ibíd.*, Apéndice B.

30. C. G. Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, p. 184.
31. Citado en *The Beginning of Terror*, de David Kleinbard, p. 2.
32. J. H. Brod, «Creativity and Schizotypy» en *Schizotypy*, de Gordon Claridge.
33. Michael Jackson en *Schizotypy*, de G. Claridge, pp. 240-241.
34. *Ibíd.*, p. 241.

CAPÍTULO 6

1. Jean Chevalier y Alain Gheerbrant, *The Dictionary of Symbols,* «The Lotus».
2. Los porcentajes de Holland citados en este capítulo corresponden sólo a blancos norteamericanos. No se han calculado cifras interculturales a escala nacional aunque se podría esperar que los porcentajes de los distintos tipos variaran considerablemente de una nación o cultura a otra.

CAPÍTULO 7

1. R. B. Cattell, *Personality and Motivation Structure and Measurement*, Parte IV.
2. Joseph Campbell, *The Mythic Image*, p. 341.
3. Caroline Myss, *Anatomy of the Spirit.*

CAPÍTULO 8

1. Giuseppe Tucci, *Mandala,* pp. 14-15.
2. Citado en *The Mythic Image*, de Joseph Campbell, p. 280.
3. Giuseppe Tucci, *Mandala*, p. 78.
4. San Juan de la Cruz, *Llama de amor viva.*
5. Citado en *Thomas Merton's American Prophecy*, p. 76, de Robert Inchausti.
6. *Ibíd.*, p. 91.
7. P. W. Martin, *Experiment in Depth,* pp. 175-176.
8. Y. Hogen, *On the Open Way*, p. 27.
9. Citado en *Mysticism*, de F. C. Happold, p. 28.
10. A. Samuels, *Jung and the Post-Jungians*, p. 91.
11. *Ibíd.*, p. 89.
12. Sri Ramakrishna, citado en *The Mythic Image,* de Joseph Campbell, p. 381.
13. Dante, *Paradiso,* XXXIII, 94-96.
14. «Surangama Sutra», *The Buddhist Bible*, de D. Goddard, p. 217.
15. Thomas Merton, *The Asian Journal,* p. 82.

CAPÍTULO 9

1. C. G. Jung, «Psychotherapists or the Clergy», *Collected Works*, vol. 11, 497.
2. Michael Kearney, «Working with Soul Pain in Palliative Care», p. 2. Véase también su *Mortally Wounded* para sus ideas sobre la naturaleza y las consecuencias del dolor del alma.
3. Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning*, p. 28.
4. Abraham Heschel, *God in Search of Man*, p. 6.

CAPÍTULO 10

1. Citado en *Mysticism*, de F. C. Happold, p. 73.
2. James Hillman, *The Soul's Code*, p. 6.
3. Abraham Heschel, *God in Search of Man*.
4. Christina Grof y Stanislav Grof, *The Stormy Search for the Self*.
5. Véase, por ejemplo, *The Spiritual Life of Children*, de Robert Coles.
6. Joseph Campbell, *El poder del mito*.
7. Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning*, p. 138.
8. Marie de Hennezel, *Intimate Death*, pp. xi y xii.
9. J. R. R. Tolkien, *El señor de los anillos*.

CAPÍTULO 11

1. Eric Hobsbawm, *The Age of Extremes*.
2. Rainer Maria Rilke, *Cartas a un joven poeta*.
3. Sogyal Rinpoche, *El libro tibetano de los vivos y los muertos*.
4. Richard Tarnas, *The Passion of the Western Mind*.
5. Ambos citados por Abraham Heschel en *God in Search of Man*, p. 148.
6. Keith Jarrett, *The Eyes of the Heart*.
7. R. D. Laing, *The Politics of Experience and the Bird of Paradise*, p. 118.
8. Citado por Elaine Pagels en *Los evangelios gnósticos*, p. 74.
9. Citado por Andrew Harvey en *The Essential Mystics*, p. 27-28.

CAPÍTULO 13

1. Citado por Robert Graves en *La diosa blanca*, cap. 4.
2. *Epic of Hades*, de L. Morris (1879), citado por Annis Pratt en *Dancing with the Goddesses*, p. 16.
3. Carl Rogers, *On Becoming a Person*, cap. 2.

4. Traducido al inglés por Gershom Scholem.
5. *Inferno, Canto I*.
6. John Matthews, *The Arthurian Tradition*.
7. Stephen Batchelor, *The Jewel in the Lotus*, «Red Rock Agate Mansion», p. 121.
8. Rabindranath Tagore, *Gitanjili*, versos 69-70.
9. Ralph Waldo Emerson, «The Over-Soul», p. 206.
10. Citado por Ken Wilber en *The Holographic Paradigm and Other Paradoxes*, p. 25.
11. Ralph Waldo Emerson, «The Over-Soul», p. 206.
12. Citado por Ken Wilber en *Sex, Ecology and Spirituality*, p. 302.
13. Robert Bly, trad. de *The Kabir Book*, n.º 22.
14. Citado por Ken Wilber en *Sex, Ecology and Spirituality*, p. 302.
15. Otra versión de estas imágenes se ofrece en *Zen Flesh, Zen Bones*, de Paul Reps. La presente versión es obra de Ilaira Bouratinos.

CAPÍTULO 15

1. «Caring» de Marcial Losada se inspiró en «La oración del estudiante» de Humberto Maturana, poema aún inédito.
2. Ibn al'Arabi, *The Tarjuman Al-Ashwaq*, Libro XI.
3. Michael Kearney, *Mortally Wounded*.
4. Rainer Maria Rilke, *Elegías de Duino*, novena elegía.
5. Rainer Maria Rilke, «Vive las preguntas ahora», de *Love and Other Difficulties*.

ÍNDICE TEMÁTICO

absolutismo 189
acetilcolina 53
Actos de Juan, Los 197
adicción 160, 162-163, **165-166, 168-169**
aislamiento 38-39, 267
ajedrez 56, 63-64, 69
Alastair Hardy, Centro de Investigación 99
alienación 160, 163-164
  tres niveles de 164-167
Allport, Gordon 24
alma 45, 82, 119, 148, 162, **175**
  dolor del 160
  universal 233
alma del mundo 233
alquimia 124, 223
alucinación 80, 97
Alzheimer, mal de 53
ambigüedad 62
ambivalencia 104, 107
ameba 52
amígdala 96
amor 98, 102, 217-221, **241, 244, 257**, 264
Anders 32-33, 210
anhedonia social 104
animales 20
aprendizaje 62, 66
  asociativo 59-61
  mecanismo bioquímico **62**
  por ensayo y error 61-62
  por ordenador 62
aprendizaje tácito 60-61, 63
Árbol de la Vida 124
Aristóteles 42
arquetipos 23, 35, 123, 133
  anárquicos 169-170
  de personalidad 138, 140-144, 274
Arquímedes 223
Arte 228-229
asesorías 241-242
Así habló Zaratustra (Nietzsche) 193
asociaciones 35, 37, 137
astrología 124, 140
atadura 26, 67, 76, 79, 80, 88-89, 91
atomismo 37, 267
atractores extraños 169
Aurobindo, Sri 233
autoafirmación 134-135, 137, 143, 261
autoindulgencia 165, 166
autosentimientos 137
axón 53, 55, 77

Bahya Ibn Paquda 194
behaviourismo 83
bien y mal 28
Blake, William 31
Bohm, David 87
Bose, Jagadis Chandra 87, 116
Bose-Einstein, condensadores **87, 91**
Brod, J. H. 107
Buda 148, 153, 238, 244
budismo 42, 74, 114, 214, 274

alma universal en 233
diosa madre 217
loto en 121
panpsiquismo 85
tercer ojo en 194
vacío en 75
Zen 150, 251
budismo Zen 150, 245

CI 19-20, 34, 42, 49, 70, 81
interacción con IE 63-65
neurología 21, 26, 50
pensamiento serial 55-58
tests 55
cámara Wilson de nubes 185, 244
Cambio 241
Camino a Liang Zhi (Yazaki) 239
caminos 209-212, 274
de hermandad 231-236, 256
de la transformación personal 226-231, 255-256
del conocimiento/de la comprensión 221-225, 255
del deber 212-215, 254
del liderazgo con voluntad de servicio 236-240, 256
del sustento 216-221, 254
Campbell, Joseph 140, 142, 144, 183-184
campo cuántico, teoría de 75-76, 148, 153-154, 244-245, 267, 269
holismo 87, 89
Campo de Higgs 91, 116
campo de independencia 265
Camus, Albert 162
canales iónicos 88-89, 91
Caos 114-115, 229, 230
capacidades 58, 61-62, 133, 198
Carse, James 58
Casimiro, efecto 75
Cattell, R. B. 135-138, 201, 274
centro del ser 147-151, 159, 257-258
caminos y 242-251
neurología y física del 153-154
símbolos del 151-153
cerebro 21-22, 25-26, 45-46, 49-50
anatomía externa del 51
cableado 27, 49-50, 96, 104
daño 65
dimensión cuántica del 86-89
evolución del 51-53, 63
ondas, pautas de 76-77
renovación del cableado 51, 60, 186
véase también neuronas
chacras 23, 122, 124, 151, 223, 273
corona 152
y personalidad 140-145, 274
Chalmers, David 82, 84, 287
chamanes 95, 142, 168, 222, 227
Chuang Tzu 198
ciencia 37-39, 42, 150, 189, 191-**192**, 223
espíritu de la 190
pruebas de IES 25-27
Claridge, Gordon 103
Cognitiva, ciencia 22, 56, **65**, **73**, **89**
Coles, Robert 183
coma 77, 79
compasión 198-200
comportamiento 73, 133
comportamiento autodestructivo **230**
comprensión 221-225, 244
véase también conocimiento
comunidad 35-37, 213-215
conciencia 26, 46, 49, 53, 56, 65-67, **69**
como estado intrínseco 74, 80
estado alterado de 100
fuente de 82-86, 90
idea tradicional 73-74
protoconciencia 85-86, 91-92, 122
teorías cuánticas de 87
y oscilaciones de 40 Hz 79-80, 89-90
conciencia de sí mismo 241, 262-265
Conciencia explicada (Dennett) 83
conflicto 231
conocimiento 195-196
camino del 221-225, 254-255
conocimiento de sí mismo 241
Conrad, Joseph 168
construcción 135-137, 261
contexto 67, 268
recontextualización 45-46, 71-**72**
Conversaciones con Dios (Walsh) **184**
corazón:

chacra 142-143
ojo del 194-195
Corazón de oscuridad (Conrad) 168
corona, chacra 152
corteza, *véase* cerebro
corteza cerebral 53-54, 79-81
neocorteza 79
prefrontal 52, 64, 65
creación 113-120, 269
creatividad 150, 244
como motivación 135-136, 142, 260-261
IES y 20-21, 27, 49, 51, 66, 71
y el límite 192-193
y el punto divino 97, 100-101
y el niño interior 183
y la inestabilidad mental 105-107, 162
y resolución de problemas 107
Crick, Francis 73-74, 78, 82-84, 286
Crimen y castigo (Dostoievski) 199-200
crisis espiritual 177-182
cristiandad 114-119, 188, 223, 268
carismático 93
misticismo 148-149, 194
sacramentos 124, 274
cuántica, teoría 122, 189, 237
de la conciencia 87-91
Cuatro cuartetos (Eliot) 251
cuerpo 123
cultura 24, 29, 50-51, 188
asociativa 35, 137
atomista 267
cultura de masas **265**
curiosidad 136, 141-142, 222, 261
espiritualmente enferma 259-271
muerte en 269
occidental 147-148, 164
tradicional 34-37
víctima 264
cultura victimista 228

Dalai Lama 44, 237
Damasio, Antonio 65, 69
Dante 153, 227
daño 267
Darwin, Charles 189
Deacon, Terrence 27
deber, camino del 212-215, 241, 254
democracia 234
Demonio 170-172
dendritas 53-54, 77
apicales 81, 88
Dennett, Daniel 83
depresión 53-54, 105, 163, 165-166, 177, 179
maníaco 101, 103, 105, 160, 166
derrames 64-65
desastre ecológico 41
Descartes, René 82
deseos 261
desesperación 160, 168, **172-173**
desliz mental 104, 107
determinismo 38
Deuteronomio, Libro del 212
Diana, princesa de Gales 36-37, 219
diario 263
Dios 82, 94, 124, 148-149, 184-185, 191, 268
alianza humana con 212-214
comunión con 243
conocimiento de 221-222
experiencia religiosa de 99-100
inmanente 92
trascendencia como 74, 86
diosa madre 216-217
dioses y diosas:
diosa madre 216-217
planetaria 138, 140-143, **274**
disciplina 196-200
dislexia 104
distracción 104, 107
doble aspecto, teoría del 84-86
dolor 40, 108, 264, 267-269
dopamina 54
Dostoievski, Fiodor 199
drogas 54, 88
dualismo 83
de propiedad 84
Eccles, sir John 83
Eckhart, Johannes 243, 245
eco-feminismo 217
ecologismo 240
educación 147, 262
EEG 68, 76-77

efectos subliminales 64
ego 28, 36, 38, 46, 138
en imagen del loto 22, 36, **122-126**, 130, 211
freudiano 21, 65, 69, 196
junguiano 152
y enfermedad espiritual 164, 167
egocentrismo 42
Einstein, Albert 87, 180, 189, 191
Elegías de Duino (Rilke) 270
elementos 118, 274
Eliot, George 224
Eliot, T. S. 24, 251
Emerson, Ralph Waldo 233, 235
emociones 61, 63, 123, 164, 227, 232
adictivas 61
emociones interpersonales 28, 122
emociones intrapersonales 28
encéfalo (parte anterior) del 52, 80
enfermedad espiritual 159-160, 175-176, 261
enfermedad existencial 159
enfermedades:
de significado 40, 163
espiritual 159-160, 175-**176**, **261**
epilepsia 94-97, 104
Eros 229
Error de Descartes, El (Damasio) **65**
escepticismo 191
espiral:
cósmica 120
de la existencia 245, 251
espíritu 20, 84
espiritualidad 20, 31-32, 50, 71
espiritualidad enfermiza 159-173, 177, 195
espontaneidad 172-173, 176, 180, 186, 198
profunda 195-198, 264, 267
esquizofrenia 54, 67, 104, 137, 160
actividad en el lóbulo temporal en 101
límite 106
y enfermedad espiritual 161
estetas 230
estimulador magnético transcraneano **94**
estrés 163, 178
ética 187-200, 254
vieja 188-189
euforia 99-100, 165, 166
Evangelio de Tomás, El 198
evolución 45, 51-53, 63, 90-91, 96, **108-109**, 185, 188, 268
experiencia 45, 50, 60, 63, 66
experiencia espiritual 108-110, 227, **257**
y psicotipia 102-103
variedades de 97-100
experiencias extrasensoriales **100-102**
experiencias místicas 95, 100, **102-103**, 151-153, 227
extinción 41

fanatismo 165-166
fantasía 104, 107, 231
Fausto, leyenda 224
Fe de un físico, La (Huntley) **150**
fealdad 231
Fermi, Enrico 116
física 114-119, 147-148, **150**, **169**, **181**, 270
del centro 153-154
fobia 165-166
formación reticular 60
Forster, E. M. 228
fragmentación 160, 176-177, 180
Frankl, Viktor 31-32, 163, 168, **184**, 264
frente, chacra de la 144
Freud, Sigmund 134, 191, 223
atomismo 38, 267
«deseo letal» 230
ego 65, 151
id 133
instinto vital 229
motivación en 134
período de latencia 142
procesos psicológicos 21-22, **35**
ser asociativo en 137-138
ser en 195
fuerzas 116-117

Gaia 115, 233
Gandhi, Mahatma **44**, **237-238**, **240**
Gardner, Howard **19-20**
Gare, John 30

garganta, chacra 143
Gnosticismo 197-198, 223
Goleman, Daniel 19, 21, 28, **65**
Gran Madre:
arquetipo 141
diosas 217
grandiosidad 165, 167
Gray, Charles 67, 76-77, **79**
Gray, John 233, 235
Grecia, antigua 142
filosofía 188-189, 191
mitología 114-119, **124**, **228**, **229**
Green, Michael 88
Greenleaf, Robert 43
Grof, Christina y Stanislav **182**
grupos de diálogo 170, 234

hábitos 35, 61, 63, 66, 137
Haldane, J. B. S. 87
Halevi, Yehuda 194
Happold, F. C. 97-98, 100
Hegel, G. W. F. 74, 233
Heidegger, Martin 162, 181
Heisenberg, Werner 189, 191, 197
Hemingway, Ernest 233
Hennezel, Marie de 184
hermandad, camino de 231-232, 256
héroe 36, 184, 233, 265
arquetipo 143
Heschel, rabino Abraham 29, 172, 177, 181
Hillman, James 176
hinduismo 42, 114, 117, 148
etapas de la vida 211
loto en 121
madre diosa 217
panpsiquismo 85
tercer ojo en 194
vacío en 75-76
véase también chacras
hiperespacio 71
Hiperspacio (Katu) 71
hiperpensamiento 71-72
hipocampo 61, 77, 95-96
histeria 165-166
Hobsbawm, Eric 187
holismo 67, **122**, **233**
cuántum 87, 89
Holland, J. F. **125-130**, 135, **201**, 211, 274
Holocausto 41
humanismo 42-43
Huntley, D. H. 150
Huxley, Julian 85

Ibn al'Arabi 268
id 21, 38, 65, 69, 133, 137, 196
idealismo 86
idealización mágica 103-104, 107
IE (inteligencia emocional) 19-21, 122
enfermedad 164
interacción con inteligencia racional 63-65, 70
pensamiento asociativo 58
redes neurales 21-22, 26, 49, 81
IES (inteligencia espiritual) 122
autocuración con 175-186
evaluación 253-257
explicada 19-21
mejoras de 29-30, 240-242
oscilaciones neurales 79, 81
pruebas científicas de 25-27
test 29
uso 27-29
iluminación (sabiduría) 76, **244-245**, 251
Ilustración, la 42-43, 189
imaginación 30, 150
simbólica 27, 30
impulso 104
impulsos 134
incertidumbre 187-190, **197**
individualidad 265-266
individualismo 37
individuo 130
inestabilidad mental 163, 167-168
y creatividad 105-107, 227
infancia 77, 141, 176, 196
Infierno, viajes al 228-229
instinto 56, 135, 188, 196-197
integración personal y transpersonal **227**
integridad 122
inteligencia 19-20, 33, 45, 49, 195
como don divino 82

véase también CI
inteligencia emocional, *véase* IE
Inteligencia emocional (Goleman) 65
inteligencia racional 19, 21, 36, 49, 55, 70, 81, 122-124
véase también CI
intimidad 134, 136, 141, 261, 264
introversión 104
intuición 66, 194
inversión de papeles 236
Islam 188

Jackson, Michael 101-102, 108
James, William 96-98, 102
Jamison, Kay Redfield 105
Jarrett, Keith 194
Joven Eterno, arquetipo 142
Joyce, James 226
Juan de la Cruz, san 148
Judaísmo 274
místicos 149, 194, 225, 233, 268
juego de roles 164
Jung, C. G. 22, 84-85, 106, 126, 138, 167, 231
arquetipos 23, 35, 140-144, 151- 152, 169, 274
sobre el Ser 151-152
sobre enfermedad espiritual 159
subconsciente colectivo 23, 84, 91, 138, 140-141, 145
tipos de personalidad 130-131, 201-205, 274
Júpiter 143
justicia 234

Kabir 243
Kafka, Franz 162
Kaku, Michio 71
Kant, Immanuel 74
Kapoor, Anish 149
Kearney, Michael 160, 269
Kekulé, August 108
Kierkegaard, Soren 162, 172
King, Martin Luther 237
Kuhn, Thomas 223
Kundalini, yoga 23, 138

lado oscuro (tenebroso) del ser 161-180
Laing, R. D. 106, 162, 168, 196
Lao Tse 198
Lawrence, D. H. 40-41
lenguaje 20, 26-27, 50, 61, 66-67
Lennon, John 187, 221
leyendas artúricas 228
libido 134
libre albedrío 66, 134, 188
Libro tibetano de los vivos y los muertos (Rinpoche) 72
líder, *véase* liderazgo con voluntad de servicio
liderazgo con voluntad de servicio 29, 43-44, 244
camino de 234, 236-240, 256-257
límbico, sistema 61, 95, 97
límite (borde, frontera) 27, 192-194, 218, 230
personal 263
límites 20-21, 41, 58, 66, 87, 267
Llinas, Rodolfo 26, 73, 75, 78-80, 88
lóbulos frontales 27
lóbulos temporales 26, 94-97, 100-101, 104, 109, 162-163,
Locke, John 38, 73, 189
locura 97, 137, 161, 177-178, 228
y creatividad 106-107
y el punto divino 101-104
lógica 55, 81, 124-125
Loto 121-122
Loto del Ser 22-23, 35, 121, 123, 130-131, 155, 160, 164
capa del ego 124-131
centro de 147-155
correlatos 273-274
medio asociativo 133-145
usando 154-155
Luna 142, 229

magnetoencefalografía (MEG) 69, 78-79
Making vocational Choices (Holland) 125
mal 28, 160, 168, 170-172
mandala 124, 126, 154, 155
Mandela, Nelson 44, 237
Mani Rindu, festival 94
manía 165, 167

Man's Search for Meaning (*Búsqueda humana de significado*) (Frankl) 31
Manual del budismo zen (Suzuki) 245
Marshall, Ian 86, 113, 287
Marte 143
Martin, O. W. 149-150
Marx, Karl 162, 189, 223
masas, cultura de 265
masoquismo 165-166
materia 116-117
materialismo 83-85, 97
materialismo eliminador 83
Matisse, Henri 183
Maturana, Humberto 266
May, Rollo 163
mecanismo 39-41
Mediados de marzo (Eliot) 224
medicina 147-148
Medioevo 36
meditación 71, 155, 176, 183, 198, 269
neurología de 68
y conciencia de sí mismo 240, 262
y conocimiento 225
y trascendencia 75
Medusa 217-218
memoria 50, 96
a corto plazo (en funcionamiento) 62, 64
a largo término (asociativa) 62
Menón, El (Platón) 195-196
mente 82, 85, 89
Mercurio 141
Merton, Thomas 148, 155, 175
Milarepa 229
misticismo 148-149, 243-244
Misticismo, El (Happold) 97-98
mitología 151, 214
motivación 133-138, 140, 151, 209-211, 241
profunda 213, 261-262
y personalidad 135-136, 274
muerte 40, 184, 233-234, 244, 264-265
experiencias de casi 152-153, 184
IES y 269-271
miedo a 231, 269-270
Múltiples inteligencias (Gardner) 19-20
Myers-Briggs, tipos de personalidad 22, 126, 130, 201, 273
Myss, Caroline 141, 143, 145, 273

narcisismo 165-166, 213
Nepal 35-36, 94, 180, 194
neuronas 50, 53-54
anatomía de 53
corticales piramidales 88-89
neuronas corticales piramidales 88
neurotransmisor 53-54
Newton, Isaac 37-39, 183, 189, 224
Nietzsche, Friedrich 191, 193-194
nihilismo 230
niño interior 183
niños 109, 182-183
véase también infancia
noradrenalina 53

objetivismo 39
obsesión 165-166
obstáculos 241-242, 253
odio 217-218
odio a sí mismo 165, 167, 234
ojos del corazón 194-195
Ojos del corazón, Los 194
oración 176, 183, 185, 198, 225
«Oración del estudiante, La» (Maturana) 266
ordenadores 20, 26, 27, 53, 55-56, 66
cuántum 87
red neutral 62, 66
orfismo 222
oscilaciones neurales 73, 75-78, 84
causa de 88
40 Hz 74, 76, 78-82, 85, 88, 90, 92, 109, 124, 150
como centro del ser 153
sincrónicas 22, 26, 54, 68-69

panpsiquismo 85
Paraíso (Dante) 153
paranoia 160, 165, 167, 238
Pare, Denis 73-74
Pascal, Blaise 29
paternidad 136, 218, 220, [illegible]
pautas 133, 138-139

reconocimiento de 26, 49, 58, 60-61, 63
Pavlov, Ivan 59
pedantería 224
pensamiento 52-53, 55
pensamiento asociativo 35, 49, 58-63, 66, 71, 81, 122
interacciones con pensamiento racional 64, 69, 70
pensamiento serial 21, 26, 55-58, 66, 80, 122
interacción con pensamiento asociativo 63-64, 69
y memoria en funcionamiento 64
véase también pensamiento racional
pensamiento unitario 26, 35, 66-69, 84, 122
«Pequeño mareo» (Eliot) 251
percepción extrasensorial 100
percepción unificada 67, 69, 76
Persinger, Michael 25, 94-97
personalidad 28
arquetipos 140-145
crecimiento y equilibrio 129-130
desórdenes 163
subpersonalidades 167
tests 126
tipo esquizoide 103-104
personalidad artística 126, **128, 211, 274**
arquetipos 142-143
cuestionario 203-204
motivación de 136, 142
respuestas emocionales **165-166**
personalidad convencional 126-127, 245, 274
arquetipos 140
camino del deber 212-215
cuestionario 201-202
motivación 136, 140
respuestas emocionales 165-166
personalidad emprendedora 126, 129, 143-145, 274
arquetipos 150
camino del liderazgo con voluntad de servicio 236-240
cuestionario 205
motivación de 150
reacciones emocionales 165-166
personalidad investigadora 126-128, 211, 274
arquetipos 141-142
camino del conocimiento 221-225
cuestionario 203
motivación 136, 141-142
respuestas emocionales 165-166
personalidad realista 126, 128-129, 143, 211, 274
arquetipos 143
camino de hermandad 231-236
cuestionario 204-205
motivación 136
respuestas emocionales 165-167
personalidad sociable 126-127, 274
arquetipos 141
camino de sustento 216-221
cuestionario 202-203
motivación 135-136, 141
respuestas emocionales 165-166
perspicacia 66, 72, 98-100, 124, 183
pesadillas 228, 257
Pitágoras 222
Platón 73, 195-196
Parábola de la Caverna 222-223
plexo solar, chacra 142, 223
Plotino 233
poder 165, 167, 238-240
polaridad 115-116
Popper, Karl 83
posesión 160, 168-172
Post, Félix 105-106
potenciales de acción 54, 77
problema mente-cuerpo 79, 82
problemas existenciales 27, 108
proceso primario 21, 35, 69, 122
proceso secundario 21, 69, 122
proceso terciario 22, 69, 71, 122
protoconciencia 85-86, 90-92
Prozac 53
psicología 21-22, 124-125, 148, 167
freudiana 69, 141, 159, 189, 196-197
tres procesos en 69-71
psiconeurosis 159-160
psicoterapia 61
psicotipia 102-103, 109, 162-163

personalidad 103-104, 107
sociedad esquizoide de 162-163
y creatividad 106-107
y resolución de problemas 107-109
Punto divino 26, 96-97, 100, 109-110, 152, 227, 268
razón para 105-107
y locura 101-104

racionalismo 37, 42, 189
raíz en chacra 140-141
Ramachandran, V. S. 25, **94-97, 101**
Rawls, John 234
rayos láser 86-87
reacciones emocionales **165-166**
recontextualización **45, 71-72, 185-186**
recuerdos 175-180
redención 186
redes neurales paralelas 26, 58-60, 67, 81, 123
reflejo condicionado 55, 59, 261
reflejos 55
reflexión 225, 241, 253, 264
relativismo 191-194
relativismo moral 191-192
religión 34, 43, 147, 169, 188, 268-269
como motivación 137
decadencia 37, 187, 189-190, 262
en el ser asociativo 137
experiencias religiosas 98, 100, 103, 267-268
IES y 23-25, 28
y actividad en el lóbulo temporal 95-96
renacimiento 185, 244, 270
represión 165-166
resolución de problemas 97, 107-109
responsabilidad de sí mismo 265
respuestas 172, 274
resurrección 72
retina 55-56, 79
Retrato del artista adolescente (Joyce) 226
retroalimentación 80
revulsión 214, 242
Richard (esquizofrénico) 159, 161-162, 175
Rilke, Rainer Maria 188, 226, 271
«El unicornio» 236-237
Elegías de Duino 270
esquizotipia de 104, 106
experiencias místicas de 98-100
Rinpoche, Sogyal 72, 188
Rogers, Carl 219
Rumi 24-25
Russell, Bertrand 85

sabiduría 196, 224
sacerdotisa, arquetipo de 142
sacral, chacra 142
sacralidad 242, 244
sadismo 165-166, 168, 172, 176, 238
salud 39
Samuels, Andrew 152
Santo Grial 228
Sartre, Jean-Paul 162
Saturno 140
Schopenhauer, Arthur 74, 184
Seis grados de separación (Guare) 30
sentido (significado) 19-20, 23, 49, 72, 75, 83-84, 122, 133, 153
ciencia y 25-26
como motivación 137, 261
crisis de 31-35, 41
de vida 183-184
enfermedades de 39-40, 163
experiencia mística de 100
fuente de 89-90
niños y 182
ordenadores y 27, 67
problemas de 160, 162-163
ser y 151-153
sentido moral 21, 97
sentidos 56, 60
Señor de los anillos, El (Tolkien) 186
ser 122-123
arquetipo de Jung 152
Ser Profundo 148-151
subseres 171
tres niveles de 122, 164
véase también Loto del Ser
ser asociativo 122-123, 133-145
ser profundo 148-151, 264
Ser y su cerebro, El (Eccles y Popper) 83
serotonina 53
Seymour, J. y Norwood, D. 63

Shiva 143, 194
símbolos 138-139, 181
del centro 151-153
imaginación simbólica 20, 27, **30, 35**
sinapsis 53, 62, 80
Singer, Wolf 26, 67, 76-77, 79
sinsentido (absurdo) 160
sistema de atención 65
Smith, Adam 189
sociabilidad 135, 140, 261
sociedad esquizoide 162-164
sociópata 165-166
Sócrates 149, 170
sol 151
soma 53
sombra (u oscuridad), arquetipo **169**
soñar despierto 80, 104, 107
Sotikilava, Zurab 44
Soul's Code, The (*El Código del alma*) (Hillman) 176
Spender, Stephen 105-106
Star Wars 228, 238
subconsciente 69, 109, 123, 261
asociativo 133, 137-139
véase también subconsciente colectivo
subconsciente colectivo 23, 84, 91, 123, 138, 140, 145, 150, 182
moderno 263
sueño 26, 60, 69, 71, 77, 79-80
sueño REM 79
sueños 150, 167, 177-180, 182, 197, 231
diario 263
e id 69
pautas de ondas cerebrales 77
y subconsciente asociativo 74, 109, 133, 137-138
suicidio 173
superego 38, 196
Surangama Sutra 153
sustento, camino del **216-221, 233**-234, 240-241, 254
Suzuki, D. T. 245

Tagore, Rabindranath 232
tálamo 79- 81
Tao Te Ching (Lao Tse) 75-76, **147-148**, 198-199
Taoísmo 75, 114-116, 119, 121
Taylor, Frederick 189
tecnología 37, 42
teoría del caos 27, 192-193
terapia 241-242, 274
tercer ojo 194
Teresa, madre 44, 221
tiempo libre 262
tipos de personalidad 22, **125-130, 254**, 274
artística 126, 128
convencional 126-127
cuestionario 201-206, 253
emprendedora 126, 129
investigadora 126-128
junguiana 130-131, 201-204, 274
realista 126, 128-129
respuestas emocionales de 145-167
sociable 126-127
y motivación 135-136
Tolkien, J. R. R. 186
totalidad 31-32, 40, 122, 170, 261
psíquica 164, 175-176, 238
véase también holismo
tótems 214
tractos neurales, serial de 22, 26, **50-51**, 55, 57, 67, 81, 123-124
tradiciones 34-37, 63, 137
trance 80
transformación personal 226-231, 245, 255-256, 260-261
transpersonal 122, 151-152, 228, 253
trascendencia 74-76, 78, 81, 84-85, 91
trauma 64, 213
túnel cuántico 88-89, 91

um banga, ceremonia 93
«Unicornio, El» (Rilke) **236-237**
unificación 153, 172
como motivación 137
experiencia mística 99, **101**, 152-153
unilateralidad 180
universalismo 188-189
universo 85, 90-92, 96, **122, 195**

Vacío 75, 114, 149, 257
vacío cuántico 114, 116, 122, 124, 151, 237, 268
como centro de la existencia 154, 244, 267- 268
trascendencia de 75-76, 91-92
y renacimiento 185, 244-245, 270
vacío existencial 163
valor 19, 24, 31, 50, 74-75, 122, 153
como motivación 137
problemas de 160
valores 34-35, 43, 195
Variedades de la experiencia religiosa, Las (James) 96-98
véase también infancia
Venus 141, 216, 217
verdad 189-192, 195-196
búsqueda de la 221, 223
de abajo arriba 190
vida 90, 118
etapas de 211, 274
significado de 269-270
y muerte 28
visiones 101
Vivekananda 240
vocación 43

Walsh, Neale Donald 184-185
Watson, J. B. 83
Whitehead, Alfred North 85
Wilber, Ken 35, 70, 274
Wittgenstein, Ludwig 212
Wright, Peggy Ann 95

Yazaki, Katsuhiko 239-240
Yin 216

Zahman, rabino Schneur 149