

JESÚS Y LO TRANSPERSONAL

“Nada te turbe, nada te espante

Quien a Dios tiene, nada le falta.

Sólo Dios basta”.

(Teresa de Jesús)

ÍNDICE

- 1. Introducción**
- 2. Jesús, terapeuta transpersonal**
- 3. Nehemías, el empresario**
- 4. Judit, el ama de casa**
- 5. Sara, la prostitución forzada**
- 6. Baruc, el poder de la oración**
- 7. Miqueas, el inmigrante**
- 8. Joel, la fuente interior**
- 9. Rut, encontrarse en la infancia**
- 10. Ester, el miedo y el perdón**
- 11. El sermón de la montaña**
- 12. Dos poemas de místicos españoles**
- 13. Conclusión**
- 14. Bibliografía**

1. Introducción

Hace ahora un año que, por primera vez en mi vida, escuché la palabra transpersonal. Poco tiempo después era alumna de la Escuela. A lo largo del curso he ido haciéndome con las piezas del *puzzle* y ha sido, llegando al final, cuando he podido colocarlas.

Por fin puedo decir desde lo más dentro de mí que lo transpersonal, entre otras muchas cosas, es Unidad. Es la no dualidad. La desidentificación con el yo. El fin del sufrimiento. La conciencia unitaria.

Lo transpersonal es ir más allá de la mente, más allá del yo. Es comprender qué es lo verdaderamente real. Salir de la ignorancia que nos conduce al enfrentamiento con los otros, a la soledad, al egoísmo.

“Mientras no hay consciencia, es la mente no observada –el ego- quien nos dirige, porque los pensamientos que están en la base de nuestras acciones son los mensajes grabados antaño, las pautas mentales y emocionales aprendidas, que se repiten de manera automática. Hasta que no los hacemos conscientes a través de la observación, permanecemos identificados con ellas. Y esa identificación es sinónimo de no-libertad. Mientras no hay consciencia, aun creyéndonos libres, no hacemos sino obedecer los patrones aprendidos” (EML).

Yo he vivido todo el curso en el nivel mental, poniendo mucha voluntad en entender, pero comprendo que he vivido en la oscuridad (*“la oscuridad no es otra cosa que el encierro producido por la identificación con el propio yo, como si éste constituyera nuestra verdad última”*); sin embargo, he comenzado a darme cuenta de esa falta de luz.

Jesús dice:

“El candil del cuerpo es el ojo; así que si tu ojo fuere sincero, todo tu cuerpo será luminoso;

mas si tu ojo fuere malo, todo tu cuerpo será tenebroso. Así que si la lumbre que en ti hay son tinieblas, ¡cuántas serán las mismas tinieblas!” (Mt VI, 19 a 23).

He estado percibiendo y aún percibo a algunos otros como diferentes de mí. He juzgado a los demás, y aún juzgo, aunque menos. He tenido y tengo miedo. Falta de confianza. He tardado en perdonarme y no he conseguido perdonar a todos, por lo que aún no me he liberado. No he estado ni estoy siempre atenta ni consciente del momento presente. Me he sentido víctima. Y tantas otras cosas que no me acercan a la conciencia transpersonal. Pero lo importante es que estoy en el camino y, aunque sé que no se trata de poner fuerza de voluntad, algún día la conciencia transpersonal habrá crecido tanto dentro de mí que ¡por fin! me desidentificaré de mi yo y sentiré la Unidad y seré todo y todos.

Jesús es el Ser más transpersonal que conozco. Es mi Maestro. Sus palabras son la luz que me ilumina. Jesús nos ha dicho:

“Yo soy el camino y la verdad y la vida: nadie viene al Padre sino por mí” (Jn XIV, 6).

Cuando Jesús nos dice esto, habla desde su conciencia transpersonal y habiendo aprendido a amar, nos enseña el camino del amor.

Me educaron diciéndome sencillamente que Jesús era el Hijo de Dios. Uno con el Padre. Y uno con el Espíritu Santo. Pero nada me hablaron de que sus palabras significaban más cosas que las literales. Hoy, me voy acercando más a lo que todo ello significa y la gran noticia es que todos somos también Jesús.

Durante mucho tiempo me he preguntado ¿cómo fue que Jesús llegó a este mundo en aquellos tiempos de ignorancia?. Y es verdad que me contesto, ¿por qué digo “aquellos tiempos de ignorancia”?. El hombre ha conquistado casi toda la Tierra y ha comenzado a conocer el Universo, pero en lo que se refiere a su interior, en lo que se refiere al camino hacia su Ser, hacia el conocimiento de lo Profundo, de lo que le une con lo Verdadero, con lo que Es, no ha avanzado especialmente.

El hombre sigue sufriendo y haciendo sufrir. Su evolución le es costosísima. Se pierde en lo que no es importante, en lo que no le hace crecer. Se ha hecho experto en guerras cruentas, en hacer el mal, en dañar a sus hermanos, en quitar el pan y la sal, en poseer con avaricia, en descuidar su verdadero crecimiento. No enseña a sus hijos el camino interior hacia el Padre, les enseña a luchar por la vida con minúsculas y no por la Vida con mayúsculas; les enseña en realidad un camino de sufrimiento y hacia el sufrimiento.

Jesús estuvo aquí. Jesús fue un inmenso terapeuta. Fue el Terapeuta. Hoy sigue pasando consulta. Tiene tiempo para todos sus pacientes, para cualquier paciente. Sus palabras siguen calmando el dolor, enseñando a desterrar el sufrimiento sin sentido, provocado por nuestras codificaciones. Su consulta es luminosa, llena de paz, verdadera. Y accesible a todos.

Hizo y hace la mejor publicidad:

“Venid a mí, todos los que estáis trabajados y cargados: que yo os haré descansar.

Llevad mi yugo sobre vosotros y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas.

Porque mi yugo es fácil y ligera mi carga” (Mt XI, 28 a 30).

En este pequeño trabajo voy a intentar exponer algunos problemas que tenemos actualmente, pero que también estuvieron presentes en el tiempo en que Jesús vivió físicamente. Jesús acompañó entonces a sus miles de “pacientes”, ayudando a iluminar sus sombras, a integrarlas. Jesús les enseñó el camino hacia el Padre, hacia la integración con él, hacia la paz del espíritu, que es la verdadera felicidad. Les enseñó la terapia del perdón profundo, de la aceptación, de la atención constante, de la verdadera riqueza, del lugar donde guardar el auténtico tesoro. Les enseñó el modo de vivir de verdad, y cuando ya no le quedaba más que un suspiro antes de partir hacia el Padre, les hizo el regalo más maravilloso de todos, diciendo: **“Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu”** (Lc XXIII, 46). Este es el camino, la verdad y la vida.

Hoy, Jesús sigue atendiendo a sus pacientes, con el mismo amor de entonces; por eso, expondré en el trabajo un caso actual, con el nombre del paciente como si fuera de entonces, y ofreceré las palabras de Jesús que, desde la humildad más profunda, entiendo que él diría a su paciente.

2. Jesús, terapeuta transpersonal

No sabemos si Jesús se formó con la secta de los esenios o con la de los terapeutas, ni cual fue su formación intelectual. De los Evangelios se desprende que tenía un conocimiento muy profundo de las Escrituras; del interior del ser humano. Sabemos que era sabio y compasivo. Y que vivía entregado a enseñar el camino hacia la paz del espíritu y al descubrimiento de que todos somos el mismo Ser. La Unidad. El Perdón. El Amor. El Reino de los Cielos.

Jesús se inició con el rito del bautismo:

“Y aconteció en aquellos días que Jesús vino de Nazaret de Galilea y fue bautizado de Juan en el Jordán” (Mc 1.9).

¿Qué supone el bautismo?. El bautismo es “un rito para limpiarse, transformarse y nacer a otra dimensión; un cambio de actitud, un modo diferente de ser y percibir, conectado con la última realidad que nos hace tomar la dirección correcta. Para poder ascender al nivel de arriba, hay que dejar que la mente vieja y condicionada se retire, y que surja una mente orientada por la lucidez, el amor y la generosidad. Jesús apela a una mente nueva, alerta, libre de dogmas y prejuicios, capacitada para que aflore el conocimiento intuitivo y liberador” (RC, pág 150).

Después, sucede algo fundamental, esencial, en su formación como terapeuta, Jesús va a enfrentarse a su sombra, va a conocerla, iluminarla e integrarla. Jesús *“ha conectado con el poder más alto, pero todavía persiste el sustrato de sus tendencias psicósomáticas y hay todavía impulsos muy profundos, abismales, que reaccionan y a los que tendrá que hacer frente con gran firmeza, ecuanimidad y lucidez. Son las denominadas tentaciones, es decir, reacciones instintivas y abismales que todavía luchan por sobrevivir y seguir condicionando. Esos impulsos tratan de imponer su poder instintivo, pues son códigos y condicionamientos de toda la evolución de la especie y que por lo general están coloreados por la ofuscación, la avidez y el odio” (RC, pág. 90).*

¿Qué es para mí el bautismo? Aceptar que eres ignorante. Aceptar que hay un mundo que no conoces, que existe un camino que no conoces. Aceptar, con la mayor humildad, que hay que hacer un trabajo interior, con voluntad, cariño y perseverancia.

Llegar a casa, derrotada, y sentarte a meditar. Levantarte, agotada, antes que a la hora de costumbre, y trabajar en tus emociones.

Buscar un tiempo para hacer tu trabajo de reflexión y ponerlo por escrito.

Darte cuenta de que no has sentido todavía lo que lees pero que quizá pronto puedas sentirlo tú también, y confiar en que así suceda.

Buscar con fervor nuevas lecturas. Poner el oído cuando tus compañeros hablan de esta autora o de aquel autor y comentan que les ha llegado, o que no les ha llegado, que explica, que interpreta.

Intentar aplacar tu sed de conocimiento, con la fe en que algún día, además de en el nivel mental lo sentirás dentro de tu corazón.

Para mí, eso es el bautismo. Así ha sido mi bautismo en el río de lo transpersonal.

Jesús está curtido en contemplaciones y meditaciones, pero va a ir al desierto a enfrentarse con su sombra (*“el desierto tiene una gran capacidad para remover y en su propia desnudez extrae los impulsos más abismales del meditador”*; RC, pág. 90).

Y fue así:

“Entonces Jesús fue llevado del Espíritu al desierto para ser tentado del diablo.

Y habiendo ayunado cuarenta días y cuarenta noches, después tuvo hambre.

Y llegando a él el tentador dijo: Si eres hijo de Dios, di que estas piedras se hagan pan.

Más él respondiendo dijo: Escrito está: No con sólo el pan vivirá el hombre, más con toda palabra que sale por la boca de Dios” (Mt IV, 1 a 4).

El pan no es sólo el alimento físico, el pan es el mundo, es el nivel terrenal. El ego le reclama saciar el hambre de ese pan. Su sombra le dice “tú puedes” hacerlo. Jesús, sin embargo, trasciende y le da una respuesta: hay otros niveles más esenciales y espirituales de los que hay que alimentarse. Ilumina nuestra sombra y la de todos; la que nos lleva a estar inmersos en esa cotidianidad del “vivirás con el sudor de tu frente”, que nos habla de pagar hipotecas, préstamos, sobreabundancia; de trabajar sin descanso para satisfacer no nuestras justas necesidades sino nuestros deseos materiales más absurdos.

La lucha sigue. El ego no se rinde:

“Entonces el diablo lo pasa a la santa ciudad; y púsolo sobre las almenas del tiempo;

Y díjole: Si eres hijo de Dios, echa de aquí abajo, que escrito está: Que a sus ángeles mandará por ti y alzarte han en las manos para que nunca tropieces con tu pie a piedra.

Jesús le dijo: Otra vez está escrito: No tentarás al Señor tu Dios”. (Mt IV, 5,6,7).

“El ego es la fuerza individual y a la vez colectiva. Es la nesciencia por naturaleza, la ignorancia original. Al tentar a Jesús, que ya es un ser en el nivel de arriba, tienta al poder cósmico. Le propone a Jesús que compruebe su poder, pero Jesús ya no necesita hacer gala de ese poder ni ante sí mismo ni ante nadie. Aun así el ego se empeña en tentarle por alguna fisura, ¡cómo si acaso quedaran fisuras en un liberado viviente!. ¿Qué más poder que el del Espíritu Santo, que el del agua viva, que el del reinado?” “El ego es voraz, terco, obsesivo... y por algo es un ególatra. Así que lo intenta de nuevo”. (RC, pág 92).

Yo he vivido muy contenta con mi ego. Nos llevábamos perfectamente. Y cuando en el Evangelio lees que Jesús dijo:

“Fuego vine a meter en la tierra, y ¿qué quiero sino que se encienda?... ¿Pensáis que he venido a la tierra a dar paz? No, os digo, mas disensión” (Lc XII, 49 y 51),

percibo que me estaba hablando a mí. Lo transpersonal ha traído a mi vida fuego y disensión. Durante muchos años había vivido en lucha interior y por fin, cuando creía que había encontrado la paz interior, me enseñaron el camino y me dí cuenta que era una senda muy parecida a la que había vislumbrado de adolescente, de joven. Y de nuevo empezó la introspección, la observación interior y exterior. De nuevo empezó esta especie de “calvario”.

Pero para Jesús también continúa la lucha:

“Otra vez lo pasa el diablo a un monte muy alto y muéstrale todos los reinos del mundo y su gloria;

Y dícele: Todo esto te daré si postrado me adoras.

Entonces Jesús le dice: Anda, Satanás, que escrito está: Al Señor tu Dios adorarás, y a él solo servirás.

El diablo entonces le dejó; y he aquí los ángeles llegaron y servíanle”. (Mt IV, 8,9,10 y 11).

“Jesús es tentado por tercera vez y ya es un reto directo el que utiliza el ego, pues trata a la desesperada de activar la raíz perniciosa más honda de la naturaleza humana: la de la avidez o codicia. No hay tendencia más virulenta ni más enraizada, y representa el apego en todas sus formas y direcciones. Pero si en algo se ha curtido Jesús en tantos años de trabajo interior es en el desapego, al que se llega mediante el esfuerzo y la motivación correcta, y sobre todo mediante el discernimiento claro” (pág. 93).

Jesús integra su sombra. Ya puede comenzar a enseñar a los otros el camino. *“Es un depósito de energía liberada e iluminada, es el agua que puede aplacar la sed del conocimiento”.* (RC, pág 93).

Yo sigo en lucha. Por un lado, está la vida profesional y por otro, el curso en el Kaizen. La primera me absorbe, le entrego la mayor parte de mis energías, me satisface, me enorgullece, me hace sentirme bien. Por otra, está el aprendizaje transpersonal, que se enfrenta todos los días con mi ego, con mi ira, con mi orgullo. Aprender a conocerme. Aprender a elegir. ¡Qué camino tan arduo!

Jesús superó las “tentaciones”, pasó la prueba. Se conoció aún más a sí mismo. Se enriqueció. Se fortaleció. Yo, humildemente, estoy en el camino, dando “un pasito hacia delante y dos hacía atrás”, pero siguiendo la senda.

3. Nehemías, el empresario (Mt VI, 24 a 34)

Nehemías es empresario. Salió de la más absoluta pobreza. El hermano mayor, inteligente, listo, simpático, emprendedor, con visión para los negocios. Comprendió desde que tuvo uso de razón que tendría que esforzarse mucho y poner todas sus capacidades a trabajar para

salir adelante y ayudar a su familia. Comenzó a trabajar a los 14 años de chico de los recados y fue subiendo, poco a poco. No en la misma empresa. Supo qué compañera elegir para que le ayudase a seguir subiendo. Su familia estaba bien relacionada y había que aprovechar esos conocimientos para conseguir credenciales. Y así, llegó a empresario. En el camino ha habido traiciones, adulterio, corrupción, robo... , pero está en lo que él considera la cumbre. De sus negocios vive no sólo su familia, sino otros muchos.

La preocupación le mata, hay que obtener muchos beneficios para mantener el ritmo de vida al que se ha acostumbrado y ha acostumbrado a cuantos viven de él. Como todo lo compra con dinero, necesita dinero y mucho.

Debido a ciertos procedimientos fue detenido en un país extranjero, tuvo la oportunidad de conocer la inseguridad, de saber que su dinero no lo puede todo, de sentir soledad, desasosiego, falta de respeto, amenazas, miedo...

A su regreso a casa, ha cambiado algo, no mucho, pero lo suficiente como para sentir que la vida no es sólo negocio, dinero; que no todo puede comprarse; que hay algo más; alguien le ha hablado de un terapeuta muy bueno. Y ha acudido a él.

Esa tarde Jesús está sentado muy cerca del mar de Galilea. ¡Qué hermosa vista! ¡Cuánta paz se siente!. Nehemías ha llegado con sus ricos vestidos y su prepotencia. Con su ego bien asentado en el porte. ¿Qué puede enseñarle esta especie de mendigo a él, el poderoso hombre de negocios que todo lo consigue?.

Jesús le mira, le pide que se acerque, le toma la mano, le señala una piedra cómoda para que se siente. Hace silencio. Deja que el silencio penetre en la mente de Nehemías. Conoce su corazón y le da respiro. La paz y la luz que emanan de Jesús le envuelven. Siente que quiere respirar más profundamente, se desabrocha sus ropajes para conseguirlo. Está muy a gusto, tanto que no le importa que le miren los demás, alucinados de verle al lado de Jesús.

Entonces Jesús toma la palabra y dice:

“Ninguno puede servir a dos señores, porque aborrecerá al uno y amará al otro; o se llegará al uno y menospreciará al otro. No podéis servir a Dios y a Mamón (riquezas).

Por tanto, os digo: no os acongojéis por vuestra vida: qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo: qué habéis de vestir. La vida ¿no es más que el alimento, y el cuerpo que el vestido?”.

Nehemías recuerda el tiempo que ha pasado detenido. Recuerda que entonces se dio cuenta que le importaba vivir más que nada, que le importaba estar con su familia por encima de todo, que hubiera dado con gusto su dinero con tal de estar libre y en su casa. ¡Qué pronto olvidó sus promesas de ser mejor persona, de dejar de hacer esto, de hacer aquello otro!. Pero comprende que es cierto que la vida es mucho más que el alimento, que la cotidianidad terrenal, y que el vestido, el artificio con el que se pretende engañar y adquirir y poseer. Comprende que hay otra vida distinta a la que conoce. Que hay algo más, aunque no sepa lo que es, y con un profundo suspiro vuelve a las palabras de Jesús.

“Mirad a las aves del cielo, que no siembran ni siegan en alhólies, y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No sois vosotros mucho mejores que ellas?”

Mas ¿quién de vosotros podrá congojándose añadir a su estatura un codo?

Y por el vestido ¿por qué os congojáis?. Aprended de los lirios del campo cómo crecen: no trabajan ni hilan; mas dígoos que ni aún Salomón con toda su gloria fue vestido así como uno de ellos.

Y si la yerba del campo, que hoy es y mañana es echada al horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe?

No os acongojéis, pues, diciendo: ¿qué comeremos? O ¿qué beberemos? o ¿con qué nos cubriremos?

Porque las gentes buscan todas estas cosas. Porque vuestro Padre celestial sabe que de todas estas cosas tenéis necesidad.

Mas buscad primeramente el Reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas.

Así que no os congojéis por lo de mañana, que el mañana traerá su congoja. Basta al día su aflicción”.

Jesús ha callado, deja que sus palabras reposen, deja que la semilla haga su trabajo. Mira con un amor absoluto a Nehemías. Mira su tristeza. Siente bullir su mente, pero también siente el vuelco que ha dado su corazón, porque *“en todo ser humano hay una semilla de iluminación, pero para que florezca y no se seque, hay que aplicarse a la misma”*.

Nehemías se levanta, con un gesto cansado; llegó andando con mucha energía y pasos firmes, ahora se siente agotado, tiene sentimientos a los que no sabe ponerle nombres, su mente está confusa: ¿cómo voy a esperar que el alimento y el vestido me caigan del cielo? ¿cómo voy a esperar que mis negocios marchen solos? ¿cómo voy a mantener mi fortuna sino corrompo o gano de forma indebida? ¿cómo voy a mantener mi nivel de vida si no me esfuerzo en conseguir dinero como sea?. Su yo se inquieta, se preocupa. (*“Al yo no se le puede pedir desprendimiento ni calma. Es egocéntrico y ansioso”* Enrique Martínez Lázaro).

Sin embargo, sentado encima de esa piedra, escuchando a Jesús, respirando libremente, desatado de la opresión de los vestidos, relajado mirando el mar, consciente de sí mismo, se pregunta si no tendrá que hacer una interpretación de lo que ha oído, quizá Jesús habla para que se interpreten sus palabras, quizá Jesús está mostrando otro camino.

Jesús ha hablado de que hay que buscar el Reino de Dios y su justicia, ¿qué querrá decir esto?. ¿qué será el Reino de Dios?, además ha dicho que *“basta al día su aflicción”*. Esto último lo entiendo mejor –piensa-. Si en lugar de estar preocupado por el mañana, por cómo van a ir mis negocios, por el beneficio que podré obtener, por lo que tendré que pagar para seguir haciendo negocios, me preocupara por lo de cada día, quizá tuviera una mejor visión de futuro, una mayor objetividad en todo... en fin, tengo que pensarlo.

Pero eso del *“Reino de Dios”*... Volverá otros días, volverá más veces. Reflexionará, se relajará, irá entrando en un mundo interior que no había descubierto y un día sabrá que el Reino de Dios está dentro de él, que es *“ese estado especial y liberador de consciencia”*.

Librará una gran batalla *“entre la consciencia y la inconsciencia, entre el entendimiento correcto y la ofuscación, entre la sabiduría y la ignorancia”*.

Y un día oirá a Jesús decir:

“El Reino de los cielos es semejante al grano de mostaza, que tomándolo lo sembró en su haza; el cual a la verdad es el más pequeño de todas las simientes, mas, cuando ha crecido, es el mayor de todas las hortalizas, y hácese árbol, que vienen las aves del cielo y hacen nidos en sus ramas” (Mt XIII, 31 y 32).

“En esta parábola se encierra toda la esencia de la sabiduría perenne, de la enseñanza mística propagada por todos los grandes iniciados. Dentro de todo ser humano ha sido colocada una semilla de iluminación, que es el grano de mostaza que un hombre sembró en su campo. Al principio es minúscula, porque representa potencialmente la iluminación. Tú puedes ser un Jesús, tú puedes ser un Buda, tú puedes ser un Lao-Tsé. Pero sólo puedes... si realmente te empeñas en ello; entonces la simiente irá desplegándose... así la semilla de iluminación puede irse desarrollando hasta disipar por completo los oscurecimientos de la mente y reportar la luz que libera. La semilla y el Reino de los Cielos son un formidable tesoro interior, el que está en la raíz de la mente y la sede del corazón. En cuanto se descubre, se empieza a viajar por el propio espacio interior en busca del Ser, que de su mano invisible y sabia conducirá a la naturaleza real” (RC, págs. 169 a 171).

El Reino de Dios se puede entender *“como el conjunto de lo real, la Unidad de Lo que es y que se manifiesta en la infinita variedad de formas que la constituyen. Quien ve ese Reino, ha descubierto la verdadera naturaleza de lo real y esa nueva conciencia reorienta todo su actuar. Deja de vivir para su yo y accede a una sabiduría ecuánime y serena, en comunión con todos y con todo.*

Las palabras de Jesús no pueden entenderse como una invitación a no trabajar –deberemos seguir trabajando, porque no somos pájaros ni lirios-, sino a hacerlo desde la actitud propia de quien, por haber descubierto la verdadera naturaleza de lo real, se deja vivir, descansadamente entregado y confiado en el Misterio que todo lo envuelve.

Cuando eso se ha percibido, la persona se siente permanentemente cuidada y protegida por y en el Misterio de Lo que es” (EML).

Nehemías sale de la consulta tranquilo, sabe que la semilla está dentro de él.

¿Qué siento yo de este caso?

Siento que el final es una ficción. Conozco a Nehemías y no tengo la fe suficiente para creer que saldrá de la consulta sabiendo que la semilla está dentro de él. Nehemías, no.

Ahora, yo debería ser humilde y creer que la fuerza de Jesús, las palabras de Jesús, serán esa semilla que Nehemías necesita tanto. A mí me vendría mejor porque me sentiría en paz. Pero no es lo que considero que sucedería de verdad.

Para que entiendas a Jesús como un maestro transpersonal tienes que estar en otro nivel. Cuando vives en un nivel en que sólo alimentas la avaricia, el tener, el poseer, el saberte poderoso porque tienes dinero para pagar, entre otras muchas cosas, sólo tienes un Dios, el Dinero, y sólo quieres acceder al camino que te conduce a él.

Que no te vengan con que hay un camino dentro de ti que te lleva más allá, que te lleva a la Unidad, que te lleva a la Paz. Sé lo que me contestaría Nehemías, me diría: con eso no se ponen al teléfono las personas que yo quiero que me atiendan, con eso no puedo comprar

pareceres y contratos, con eso no tengo a las chicas jóvenes que me gustan en mi cama, con eso mi mujer y mi amante no estarían calladas y con eso mis hijos me gritarían. Yo soy Don Nehemías. A nadie le importa si salí de una casucha o si finjo que tengo estudios y educación. Yo pago. Y pago lo que quiero obtener. Que los amigos son falsos ¡qué me importa!. Me necesitan, necesitan mi dinero, así que estarán conmigo hasta mi último suspiro.

Eso es lo que creo que pasaría en realidad. Porque cuando se ha pisoteado tanto la propia alma y el alma de los demás, queda muy poco resquicio para que la palabra de Jesús te llegue y se convierta en semilla.

Aún así, sí creo en los milagros. Entendiendo por milagro que el corazón un día te diga: déjame oír que aquél habla un idioma que conozco y quiero saber lo que dice.

4. Judit, el ama de casa (Mt XXV, 1 a 13)

Judit está cansada. Limpia la casa, lava la ropa, atiende a los niños, se ocupa de la cocina; visita a los mayores y enfermos de la familia, hace las cuentas; su trabajo está ahí, pero nadie lo ve. Siente dentro de sí un gran vacío. A veces piensa que su vida no puede ser sólo esta sucesión de faenas, de compromisos, de obligaciones. Hay algo más. Tiene que haber algo más.

Un día haciendo la compra, alguien le habla de Jesús. De su comprensión, de su tolerancia, de su amor hacia cualquiera. Y piensa que va a ir a verle, que va a ir a escucharle. Buscará el momento propicio para no tener que dar explicaciones. Y una mañana se las arregla para estar allí.

Hay mucha gente. Siente un poco de miedo. ¿Y si alguien la ve? ¿Y si piensan que descuida sus obligaciones?. Al fin y al cabo no es más que un ama de casa ¿qué está buscando?. Está a punto de marcharse cuando le ve llegar. De inmediato, su miedo se transforma. Por encima de todo quiere oírle y se acurruca en un rincón.

Jesús la ha visto pero no quiere asustarla pidiéndole que se acerque, no quiere que se confunda y se marche. De este modo, hablando a todos pero sintiéndola a ella especialmente, toma la palabra:

“Entonces el Reino de los cielos será semejante a diez vírgenes que tomando sus lámparas salieron a recibir al esposo. Y las cinco de ellas eran prudentes; y las cinco, locas.

Las que eran locas, tomando sus lámparas, no tomaron aceite consigo. Mas las prudentes tomaron aceite en sus vasos juntamente con sus lámparas.

Y tardándose el esposo, cabecearon todas y durmiéronse.

Y a la media noche fue hecho pregón: He aquí el esposo viene: salidle a recibir.

Entonces todas aquellas vírgenes se levantaron y aderezaron sus lámparas.

Y las locas dijeron a las prudentes: Dadnos de vuestro aceite, porque nuestras lámparas se apagan.

Mas las prudentes respondieron diciendo: Porque no nos falte a nosotras y a vosotras, id antes a los que venden y comprad para vosotras.

Idas ellas a comprar, vino el esposo; y las que estaban apercebidas entraron con él a las bodas; y cerróse la puerta.

Y después vinieron también las otras vírgenes diciendo: Señor, señor, ábrenos.

Mas respondiendo él, dijo: De cierto os digo que no os conozco.

Velad, pues, porque no sabéis el día ni la hora, en la cual el hijo del hombre ha de venir”.

Judit no comprende nada de lo que ha oído. Le han dicho que Jesús habla con ejemplos y se vuelve a casa tratando de encontrar un parecido con su vida. ¿Es ella una virgen prudente o es una virgen loca?. ¿Tanto trabajo que realiza, tanto no pensar en sí misma, ni en sus necesidades, ni en lo que siente, es semejante a la falta de aceite de la lámpara, de su lámpara?. ¿Tiene ella lámpara interior?.

El resto del día piensa y piensa. Encuentra momentos para sentarse, para mirar desde la ventana, para sosegar, para descansar. Algo dentro de ella se ha removido. Sí, es un ama de casa y tiene un corazón que siente.

“La lámpara debe ser custodiada e insuflada; la lámpara interior tiene que ser velada y atendida. Tenemos que trabajar interiormente para obtener el saber nacido del agua y del espíritu, que nada tiene que ver con el limitado saber libresco o intelectual. Jesús no solamente insiste en la purificación moral y la práctica de la caridad, el amor, la benevolencia, la compasión y el perdón, sino también en la necesidad de mantenerse en vela, alerta, receptivo; es decir, en el desarrollo mental y el entrenamiento de la atención para desarrollar la visión pura y liberadora. Sabe que no hay peor oscuridad que la mente, peor ceguera que la psicológica, y que de la ofuscación de la mente sólo surgen horror y error” (RC, pág.103).

Han pasado varios días y Judit ha realizado todas sus tareas pensando; siendo consciente de las mismas. Es más, las ha visto de otro modo, ha comprendido que siendo cierto que son agotadoras, una vez que piensa en ellas, ya no las realiza de forma mecánica y eso le permite sentirlas de otro modo, sentirlas como un enriquecimiento personal.

En cada cosa que hace pone toda su atención y con la atención recibe mucho: no se cansa tanto; es más, se llena de energía.

Ese cansancio que la mataba ha desaparecido; ahora se cansa físicamente pero no se cansa por dentro. Además, todos los que la rodean están mucho más contentos, más tranquilos con respecto a ella. Ella da con consciencia y recibe de ellos con consciencia. Ellos reciben algo más que su esfuerzo físico y responden a ese algo con mucho y verdadero agradecimiento.

Judit volverá a escuchar a Jesús. Sabe que no entiende bien su mensaje, que hay mucho más dentro de cada una de sus palabras. Sabe que es ignorante, que aprendió muy poco, pero sabe también lo que le dice su corazón; sabe que tiene sed de conocimiento y que

Jesús es quien calmará la misma. Y otro día, busca su tiempo y vuelve a escucharle. Hay aún más gente, pero ya no tiene tanto miedo. Es más, casi no tiene miedo. Ya no se oculta y le importa mucho menos el que la vean allí. Incluso se siente valiente porque le merece la pena.

Y Jesús llega y la ve y se siente contento, y sin mirarla para no asustarla, dice:

“No hagáis tesoros en la tierra, donde la polilla y el orín corrompe, y donde ladrones minan y hurtan.

Mas haceos tesoros en el cielo, donde ni polilla ni orín corrompe, y donde ladrones no minan ni hurtan.

Porque donde estuviere vuestro tesoro, allí estará vuestro corazón.

Ella no sabe expresarlo pero es consciente de que *“el yo no tiene consistencia propia: es una construcción mental y una identidad transitoria y, por tanto, parasitaria. Para subsistir, para tener una sensación de existir, necesita aferrarse a cualquier objeto que lo alimente: a todo lo que sea tener, poder o aparentar. En todo ello cree percibir seguridad, estabilidad y, en definitiva, consistencia. Eso explica que el yo sea forzosa e inevitablemente egocéntrico. Vive para tener y acumular, para lograr poder e imponerse, para figurar y destacar”* (EML).

Hoy Judit ha entendido mucho más. Era como si le hablara sólo a ella. Un ama de casa sencilla puede tener su tesoro: su forma consciente de hacer bien las cosas, su manera limpia de mirar a los demás, de no juzgar, de no criticar, de ayudar a todos con serenidad, con entrega; también es su tesoro ese conocimiento de lo que está dentro de ella y le da tanta paz y tanto sosiego; tanta alegría.

Da las gracias a Jesús desde su yo más profundo, y se vuelve a casa en paz. Volverá otra vez, y otras muchas, y un día despertará a una visión liberadora. Alcanzará sin esfuerzo una nueva forma de ver y de vivir.

¿Qué siento yo de este caso?

No es necesario ser ama de casa para vivir absorbida por las tareas diarias. Esa absorción que no te deja ver más allá, que no te deja sentir que eres una persona que “siente”, que tiene derecho a escucharse, a conocerse, a vivir su propia vida y no la que se te asigna y tú aceptas.

Hay muchas mujeres y hombres que sólo viven para cumplir con sus obligaciones y darse un pequeño respiro para continuar igual. Mujeres y hombres que tuvieron una infancia más o menos feliz, una adolescencia del mismo tipo y una juventud en la que se casaron o se fueron a vivir en pareja porque “tocaba”. Se compraron el coche a plazos y la casa, si pudieron; en cualquier caso, se estarán matando para pagar el alquiler o el recibo de la hipoteca.

Tuvieron hijos pero no porque hubieran reflexionado sobre lo que es tener un hijo. Hoy, con darle todo lo que consideran que es importante para ellos, ya van bien. Se quieren a medias, están cansados a medias. Tienen amigos a medias.

Y no estoy hablando sólo de una clase social económicamente humilde, no, estoy hablando de la sociedad actual, en todas sus escalas sociales. Esta sociedad a la que importa mucho

el dinero, el tener, el poseer, el ser alguien, el ¡oh! salir en televisión, pero cómo ¿no has salido en la tele, ni nadie de tu familia, ni de tu círculo social?. Uf, la cosa no va bien. Esta sociedad que no ha aprendido lo que es la paz interior –porque nadie se lo ha enseñado-, esta sociedad que es esclava del parecer y del qué dirán –porque no se les ha enseñado otra cosa-, esta sociedad que conviene tanto al poder, y que perpetúa en sus hijos lo que al poder le conviene.

Sí, un ama de casa que compra en DIA o en los supermercados de El Corte Inglés, está enferma de la falta de amor, está enferma por no sentirse bien consigo misma, está enferma por no estar a gusto con menos para poder tener lo más, lo que vale, lo que está fuera del circuito del mercado.

Está enferma porque cuando su hijo le pide una marca de ropa o de deportivos, o una salida, o una llegada, o le grita, se siente confundida y no comprende qué ha hecho mal para que le esté pasando esto. Y cuando se lo cuenta al padre de sus hijos no recibe ayuda ni luz, quizá sólo la misma confusión que ella tiene.

Pero sí que un día alguien le hablará de un terapeuta y sí que un día se las arreglará para ir a una sesión de terapia y sí que escuchará algo que será la simiente que Jesús pone en su corazón para que se libere, para que se reconozca, para que camine hacia dentro de sí misma, para que llegue a la Unidad o, al menos, esté en el camino.

5. Sara, la prostitución forzada (Lc VII, 37 a 48)

Sara es aún muy bella. La vida no le ha sido fácil. Abandonada por un primer amor, al enterarse que estaba embarazada, su familia no la había admitido en casa. Se puede decir que fue empujada hacia la prostitución. Perdió a su bebé. Su alma se hizo añicos, pero sonrío y vive de ello.

Una noche la contrataron para acompañar en una cena y allí conoció a Jesús. Nada más verle supo que aquel hombre cambiaría su vida. Estuvo muy atenta a todo lo que hablaba, a su modo de decir las cosas, a su manera de mirar, al infinito amor que envolvía sus movimientos.

Se enteró de que iba a dar una conferencia y allí fue. Le escuchaba absorta en cada palabra que decía. Hablaba para ella, le hablaba a su corazón. No, era mejor decir que curaba su corazón. Sara se ha despreciado siempre. Ella no era prostituta por gusto, lo era por desesperación. No se amaba, no veía nada bueno en ella. Todo lo contrario, se sentía sucia por dentro. Vivía en un permanente sufrimiento.

Jesús ha entrado en la sala y la mira con una intensidad especial, con una fraternidad luminosa, y comienza a hablar y aunque lo hace para todos, a ella le parece que sus palabras son sólo para ella:

“Y he aquí una mujer que había sido pecadora en la ciudad, como entendió que estaba a la mesa en casa de aquel fariseo, trajo un vaso de alabastro de unguento;

Y, estando detrás a sus pies, comenzó llorando a regar con lágrimas sus pies, y limpiábalos con los cabellos de su cabeza, y besaba sus pies y ungiólos con el unguento.

Y como vido esto el fariseo que lo había llamado dice en sí diciendo: Este, si fuera profeta, conocería quién es y cuál es la mujer que le toca: que es pecadora.

Entonces respondiendo Jesús díjole: Simón, una cosa tengo que decirte. Y él le dice: Di, Maestro.

Un acreedor tenía dos deudores: el uno debía quinientos dineros, y el otro cincuenta.

Y no teniendo ellos de qué pagar, soltó la deuda a ambos. Di, pues, cuál de éstos lo amará más.

Y respondiendo Simón dijo: Pienso que aquél al cual soltó más. Y él le dijo: Rectamente has juzgado.

Y vuelto a la mujer dijo a Simón: ¿Ves esta mujer?. Entré en tu casa, no diste agua para mis pies, y ésta ha regado mis pies con lágrimas y limpiádoslos ha con los cabellos de su cabeza.

No me diste beso, y ésta, desde que entré, no ha cesado de besar mis pies.

No ungiste mi cabeza con olio, y ésta ha ungido con unguento mis pies.

Por lo cual te digo que sus muchos pecados son perdonados, porque amó mucho: mas al que se perdona poco, poco ama.

Y a ella le dijo: Los pecados te son perdonados”.

Sara se ha quedado paralizada. No puede moverse de la silla. Siente que su corazón va a estallar. Casi no puede respirar. Jesús le ha hablado a ella. Jesús la ha reconocido. Jesús la ha valorado como una joya. Jesús le está diciendo que ella es hermosa por dentro, que ella tiene un camino –el del perdón- para encontrar la felicidad. Los ojos se le llenan de lágrimas.

“Si algo amaba Jesús era la sencillez, la humildad, la ausencia de ego y arrogancia, porque todos esos son graves escollos en la senda hacia la propia realización y la conquista del Reino de los Cielos. El ego tiene que irse rindiendo para dar paso al ser. Y el ego no es sólo rapaz, voraz, anhelante de ejercer poder, posesivo y prepotente, sino que es el que juzga, censura, critica, resulta intransigente y es demasiado indulgente consigo mismo y muy intolerante con los demás.

La actitud mental siempre cuenta. Una actitud mental humilde y compasiva era la más querida por Jesús” (RC).

Jesús nos habla de la importancia de no juzgar, de amar al otro tal como es, aceptándole, poniéndonos sus zapatos y caminando con ellos para tratar de entenderle. Resulta fácil dejarse llevar por las apariencias, por nuestros condicionamientos, por nuestros códigos y lanzarnos a emitir opiniones y criterios, faltando al respeto que debemos al otro y nos debemos a nosotros mismos. Dejarse llevar por el ego poderoso es no estar atentos, no estar conscientes, no estar vigilantes.

Pero Sara no repara en estas reflexiones; para ella cuando Jesús dijo que los pecados son perdonados cuando se ha amado mucho, ha sentido que se iniciaba un cambio en su vida. Ella puede ser amada. Ella va a aprender a amarse. Ella se merece respetarse a sí misma y que los demás la respeten. Intentará acercarse a su familia, les perdonará. Volverá a tener amigos. Ahora comprende que todo lo que ha pasado le ha dado una gran riqueza interior, un conocimiento profundo del ser humano, de sus miserias, que como sombras que son, hay que integrarlas con luz y amor. Y ella sabe mucho de eso.

Sara volverá a escuchar a Jesús. Se ha hecho amiga suya. La entiende tan bien. En una conferencia le oye decir:

“Porque no es buen árbol el que hace malos frutos, ni árbol malo el que hace buen fruto.

Porque cada árbol por su fruto es conocido: que no cogen higos de las espinas, ni vendimian uvas de las zarzas.

El buen hombre del buen tesoro de su corazón saca bien; y el mal hombre del mal tesoro de su corazón saca mal, porque de la abundancia de su corazón habla su boca (Lc VI, 43 a 45)”.

Sara quiere cambiar de trabajo, sabe que no le va a ser fácil, ha dedicado los mejores años de su vida a la prostitución pero lo va a intentar.

Sara ha aprendido a distinguir dónde está el bien y por eso ha aprendido a amarse. También ha comprendido que la intransigencia y la intolerancia son las actitudes que la arrojaron a una vida sin respeto por sí misma, pero no juzga, perdona, y con el perdón a los otros, se perdona a sí misma, y encuentra la paz, ese sentimiento profundo que nadie le puede arrebatar.

¿Qué pienso de este caso?

Debería empezar no por “el que esté libre de pecado, que tire la primera piedra”, sino por “el que no se haya prostituido alguna vez, que levante la mano”. Mucho me temo que habría muy pocas manos levantadas.

Este caso es un símbolo.

Para Jesús lo que hacemos está muy por debajo de lo que sentimos. Si nuestro corazón es noble, si nuestros sentimientos son buenos, pero andamos equivocándonos, a él no le importan nuestras equivocaciones, él sólo se fija en nuestro interior.

Si somos generosos, compasivos, si amamos de verdad al otro, si nos amamos a nosotros mismos, si perdonamos, si estamos atentos al momento, al ahora, a hacer las cosas con la plenitud del cuidado amoroso, ¿qué importan nuestras equivocaciones?. Lo que cuenta es lo que sale del alma, y si lo que sale es bueno ¿qué importa lo demás?.

Jesús nos habla de la importancia del ahora. El está en la casa y ella cumple con todas las normas hospitalarias. Nosotros estamos aquí, ahora, y tenemos que cumplir con lo que el momento pide. No pensar en el ayer ni en el mañana, pensar en el ahora. Poner nuestros cinco sentidos (ella ha gastado mucho en el ungüento) para hacer lo mejor que sabemos lo

que nos toca hacer. ¿Qué importa lo de hace un rato o lo de hace un segundo? Lo que importa es este momento en el que estoy escribiendo.

Jesús nos enseña también a no juzgar. A no dejarnos llevar por las etiquetas. A ver a los otros como si te vieras a ti mismo.

Jesús ama la bondad del corazón, es lo que nosotros tenemos que hacer, amar la bondad y ver la bondad por encima de otras cosas, en el corazón de los seres humanos. Y aprender a honrar esa bondad.

6. Baruc, el poder de la oración (Lc XVIII, 1 a 8)

Baruc es sacerdote desde hace muchos años. Tiene una parroquia en un pueblecito perdido. Pocos fieles; todos muy mayores. Confiesan los mismos simples pecados cada semana. El sermón que prepara para la misa del domingo le resulta extraordinariamente aburrido. Siente que su corazón está seco. Siente que Dios no le escucha. Se siente perdido. ¿Era eso lo que Dios quería de él cuando de muchacho sintió su llamada?.

Alguna vez va a ver al obispo. Es un hombre joven, con ganas de cambiar procedimientos obsoletos. Siempre le dice que irá a visitarle pero la visita nunca llega. Es cierto que le escucha y le da ánimos, y le dice que cualquier tarea, por sencilla que sea, es muy valiosa a los ojos de Dios, pero él piensa en sus feligreses, cargados de años, de prejuicios, de simplezas, inmóviles en una fe de carboneros, y no comprende por qué el Altísimo le ha asignado a él esta tarea.

Una mañana, triste como su corazón, una de las vecinas le dice: señor párroco en el pueblo de al lado viene a hablar un hombre de esos que se consideran santos y dicen que habla divinamente.

El párroco más por la novedad que por otra cosa, decide ir al pueblo y escuchar.

La plaza está a rebosar de gente y han colocado un estrado para que hable el tal Jesús, que es así como le han dicho que se llama. Baruc siente un poco de envidia de tanta asistencia. Ya se esmeraría él en el sermón dominical si tuviera tanto público, luego siente vergüenza por sus pensamientos y pide perdón a Dios.

Ha buscado un lugar discreto para sentarse y acariciado por un suave solecillo primaveral se dispone a oír, intentando estar libre de prejuicios, y eso que cuando se acuerda del obispo no sabe si le parecerá bien su presencia en este sitio.

Jesús sube al estrado y pasea su mirada por la gente, donde quiera que posa sus ojos, la persona se siente relajada, apaciguada, entregada. ¡Qué gran poder el de la mirada profunda!, piensa Baruc cuando observa cómo se va quedando la gente. Pronto la mirada de Jesús le alcanza. ¡Cuánto amor hay en ella!. Baruc se siente desnudo pero al mismo tiempo vestido de espíritu y comprende que algo especial va a escuchar hoy.

Jesús toma la palabra:

“Es menester orar siempre y no cesar. Había un juez en una ciudad, el cual ni temía a Dios ni respetaba hombre.

**Había también en aquella ciudad una viuda, la cual venía a él diciendo:
Defiéndeme de mi adversario.**

**Mas él no quiso por tiempo. Mas después de esto dijo dentro de sí: Aunque ni
temo a Dios ni tengo respecto a hombre,**

**todavía, porque esta viuda me es molesta, defenderla he, porque al fin no
venga y me muela.**

Y dijo el Señor: Oíd lo que dice el mal juez.

**¿Dios no defenderá a sus escogidos que claman a él día y noche, aunque sea
longánime acerca de ellos?.**

**Dígoos que los defenderá presto. Empero al hijo del hombre, cuando viniere,
¿hallará fe en la tierra?.”.**

Baruc se ha quedado muy sorprendido. Parece que conociera mis problemas con la oración –piensa-, que conociera mi agonía espiritual, lo seco de mi corazón, el sufrimiento que me produce esta vida a la que no encuentro sentido, mi falta de fe, y se vuelve al pueblo pensativo. Su corazón ha sido tocado por el espíritu que vivía en aquellas palabras. La semilla dará su fruto.

“La oración exige consciencia, entrega, sumisión y persistencia. La verdadera oración no es la que reclama bienes para el nivel ordinario de consciencia, sino bienes para el nivel más alto de la misma. La oración más sublime es la que invoca al ser interior y sirve de herramienta para fundirse en él. La oración que se limita a reclamar beneficios mundanales no permite la evolución consciente, sino que, al contrario, puede fomentar todo tipo de apegos y robustecer el ego. La oración puesta al servicio de la evolución espiritual ayuda a identificarse con el Absoluto, hace que uno se expanda y permite sentir más allá del ego, conectando con frecuencias energéticas muy poderosas y que tienen una capacidad de transformadora.

Así la oración también alcanza el propio cuerpo energético y transforma en los diferentes niveles del ser. Esa oración es muy atenta y sentida, bien diferente a la oración mecánica que adormece psíquicamente y embota la consciencia o recrea y afirma el ego.

La oración más alta es la contemplación, donde uno se vacía de todo para ser el Todo y donde así hace posible que la energía transpersonal circule libremente por el ser humano, como el viento lo hace por un bambú hueco y sin nudos (RC, pág 208)”.

Han pasado los días, iguales los unos a los otros, y Baruc ha realizado sus tareas con una desgana diferente. Algo dentro de él está cambiando. Una tarde se aleja del pueblo, caminando reposadamente. De repente, siente que mira de otra manera, los árboles le parecen mucho más bellos, el aire le parece más limpio y transparente, percibe los diferentes olores del camino.

Pronto llega a la base de una colina, y decide que va a subirla. Hay bastantes matorros y teme que la sotana le impida moverse con facilidad pero aún así quiere intentarlo. Se araña un poco y teme por el tejido de la sotana, pero está decidido, llegará arriba. Cuando lo

consigue, respira muy profundamente mientras mira hacia el horizonte. Señor, ¡cuánta belleza!. Y este pensamiento le hace reaccionar interiormente.

Aquí está la madre naturaleza, Dios mismo, desplegando una belleza armoniosa, perfecta, profunda, inmensa. Aquí está regalando inmutable sus dones preciosos. No le importa quién la mire, quién la disfrute. Es igualmente hermosa para pobres que para ricos, para jóvenes que para viejos, para sabios que para ignorantes, para brutos que para sensibles. Cada minuto, cada segundo, se entrega totalmente. Es ella misma, siempre, pese a todo.

Baruc llora. Baruc comprende que ha subordinado su vida a sus creencias, a sus condicionamientos, a sus prejuicios. Comprende que no se esfuerza en su trabajo, en su acercamiento a los suyos, que no es luz para ellos, que realiza sus tareas con desgana, sin respeto a sí mismo, sin tenerles el respeto que ellos merecen.

Se da cuenta que no les ha cultivado, que no se ha cultivado, que malvive, que realmente piensa que su trabajo sólo es valioso si tiene un “público” que le merezca. Siente vergüenza.

El camino no está fuera –piensa-, el camino está dentro. Lo que tengo que hacer he de hacerlo desde la fuerza que da el espíritu, desde la convicción de que mi trabajo es igualmente valioso para muchos que para pocos. Dios está dentro de mí y está dentro de ellos. Todos somos sus hijos y todos merecemos ese respeto y ese amor que Jesús nos enseñó.

Por eso la oración me es costosa, porque es rutinaria, porque está muerta, porque no sale de dentro de mi corazón. Mis palabras suenan huecas porque están huecas. Mis palabras no llegan porque no han sido mimadas ni preparadas para llegar al corazón de mis feligreses, porque no he pensado en ellos, ni en sus necesidades espirituales, ni en enseñarles con su propio lenguaje el camino para llegar a Dios, porque no les he acompañado.

Y si no he hecho eso por los “míos” ¿cómo he podido creer que podría hacer algo por los demás?.

“La plegaria consciente exige adiestramiento. Al principio la persona ora de modo mecánico. Hay que evitar la repetición mecánica de las palabras o pensamientos utilizados para la plegaria. Hay que orar desde tres estadios: el energético, el emocional y el mental, y así también estos centros de energía se armonizan y se orientan hacia el encuentro con el ser. La oración puede en este caso ser una fuente de vitalidad y ayuda a ir actualizando los potenciales vitales en el ser humano, porque el pensamiento tiene fuerza y la palabra es la vibración del pensamiento en acción.

La oración consciente motiva, recrea situaciones anímicas constructivas y endereza el pensamiento hacia el Divino. Es un medio y no un fin. Es también un modo primario de empezar a reorientar la mente hacia lo alto, para después dar paso a esa otra oración inaudible, libre de palabras, que es la contemplación, donde la mente se silencia y se torna en un espejo perfectamente pulido donde se refleja el ser (RC, págs. 208 y 209)”.

Baruc ha cambiado y con él los demás. Cada tarde cuando dirige el rosario a las ancianas que son las que únicamente van, les habla al corazón, les comenta la importancia de que piensen en lo que dicen, de que sientan lo que repiten. Sabe que no podrá hacer otro

cambio más profundo, sus mentalidades lo impiden, pero también sabe que esa oración rutinaria les llega ahora más adentro, despierta algo más en sus corazones.

También ha cambiado el sermón, ahora cuida de él cada semana. Trata de interpretar el pasaje del Evangelio que tiene que leer, con palabras que acerquen a Jesús, al camino interior, a la senda para llegar al Padre.

Sus viejecitos no lo saben pero él sí.

¿Qué pienso de este caso?

Hace muchísimos –pero muchísimos- años leí el “*Diario de un cura rural*” de Georges Bernanos. Recuerdo que me impactó. Yo era casi una niña y creía que los “curas” siempre sabían todo lo que había que hacer y, lo que es más importante, todo lo que había que decir.

Allí me enteré de la existencia del dolor de estómago, de la falta de fe, de la sequedad del espíritu, de las creencias que te impiden volar y ser tú mismo, y llegar hasta dentro de ti, y así llegar hasta Dios.

Hoy le pongo palabras “transpersonales” a lo que no sabía. Entonces comprendí que la soledad no es especialmente buena cuando no es libremente buscada y es mucho peor si es la interior y no se siente como una riqueza.

Sentí verdadera pena por el protagonista. Le veía allí, en el pueblecito, solo, sin poder compartir sus sentimientos, sus angustias, sus frustraciones. ¡Cuánta gente sufre también de este modo!

En este caso quiero resaltar el poder de la oración, pero no la oración rutinaria, pesada, continuada, que no dice nada y sólo aporta aburrimiento. (Yo sé de esto, durante muchos años en mi casa, se rezaba el rosario cada noche, y no era sólo el rosario, cuando éste terminaba, era un padrenuestro y a veces, también un avemaría, por cada uno de los familiares y amigos queridos que habían fallecido, o por aquellos que, en aquel momento, tenían un problema).

Hoy lo veo de otra manera, creo que el hecho de pedir por todas aquellas personas –los que se habían ido y los que estaban con un problema- era realmente hermoso, pero entonces la repetición rutinaria de aquellas oraciones me apartaban de la esencia.

La oración con tus propias palabras, dirigidas a tu Ser interior, llenas de amor, de generosidad, de preocupación y ocupación por los demás e incluso por ti mismo, creo que es portentosa.

Sé que hay sabios que dicen que como el Universo sabe lo que necesitamos, no es necesario pedir. A mí, quizá por mi educación, me cuesta aceptar esto. Sé que el Universo sabe lo que cada uno necesita, pero yo, por si se le olvida, se lo recuerdo cada día para todos los que amo y en ocasiones especiales, si ha surgido alguna necesidad.

Creo firmemente –desde el corazón- que la energía que se desprende de la oración es el poder que llega al otro y le ayuda. Además, Jesús nos enseñó a orar, desde lo profundo, desde lo verdadero, desde el hijo hasta el padre, pero siendo ambos Uno.

Que el Universo nos dé lo que nos conviene.

7. Miqueas, el inmigrante

Miqueas ha llegado a un nuevo país. Todo le es extraño y diferente, desde la comida hasta las costumbres. Sabía que llegaba a un mundo distinto al suyo. Pero tanto... No se queja, viene con una única idea: "salir adelante". El viaje hasta aquí lo han pagado entre todos los miembros de su familia. No puede defraudarles. Tiene que encontrar trabajo y devolver todo lo que ha recibido. Es un ser humano con una misión.

Los días pasan y el trabajo no llega. De vez en cuando le sale algo con lo que va pagando la habitación que comparte con otros. Echa de menos lavarse libremente y tener un espacio suyo para estar consigo mismo. Siente tristeza, nostalgia, falta de amor, incomprensión, intolerancia, pero no puede desfallecer. Se repite que es un ser humano con una misión.

En la plaza donde se reúnen los domingos le han hablado de Jesús. Dicen que entiende a todos, que tiene palabras de consuelo, que sabe llegar a los corazones y darles un poco de paz y de amor. Y él tiene ¡tanta necesidad de consuelo y de ánimo!

Esa noche va a escucharle. La reunión es un club social de amas de casa. No hay mucha luz. Está limpio. No hace frío. Las sillas son duras. Hay muchas sonrisas. Muchos apretones de mano. Hay un poco de calor humano.

Jesús toma la palabra:

Nada más nacer, mis padres tuvieron que emigrar:

"Y partidos ellos, he aquí el ángel del Señor aparece en sueños a José diciendo: Levántate y toma al niño y a su madre, y huye a Egipto, y estate allá hasta que yo te lo diga, porque ha de acontecer que Herodes buscará al niño para matarlo.

Y despertando él, tomó el niño y a su madre de noche, y fuese en Egipto.

Y estuvo allá hasta la muerte de Herodes, para que se cumpliese lo que fue dicho por el Señor por el Profeta que dijo: De Egipto llamé mi hijo" (Mt II, 13 a 15).

Mis padres se vieron obligados a dejar su hogar, su familia, su entorno, su trabajo. Vivimos en carne propia la cruda realidad de dejar nuestro país y trasladarnos a tierra extraña buscando seguridad y bienestar.

Volvimos a nuestra tierra y pasado el tiempo he vuelto a viajar mucho. Especialmente, a lo largo de estos dos últimos años. De un lado para otro. En unos lugares me han atendido bien; en otros, han llamado a la policía. En unos he sido acogido con gran cariño; en otros, poco ha faltado para que me pegasen. Sé por lo que estáis pasando:

"Las zorras tienen cuevas y las aves de los cielos nidos, mas el hijo del hombre no tiene dónde recline la cabeza" (Lc IX, 58).

Pero esto no os puede hacer abandonar. Quiero deciros que comprendo vuestra situación: sé que tenéis que conseguir trabajo para llevar un poco de bienestar a vuestras familias, y

eso es imperativo. Pero no desfallezcáis, no perdáis el respeto que os merecéis, porque **“¿qué aprovecha al hombre si granjeare todo el mundo y se pierde a sí mismo o corra peligro de sí?”** (Lc IX, 25).

En una situación tan desprotegida como la vuestra es importante que tengáis en cuenta mis palabras porque son vuestros cimientos. Nada es más importante que el respeto y el amor a vosotros mismos. Sé que sentís que perdéis muchas cosas en esta nueva vida, pero nadie podrá arrancaros de vosotros mismos.

Jesús les mira con un inmenso amor y comprende que tienen muchas necesidades básicas por cubrir. ¿Cómo puede llegar a ellos? ¿Cómo puede hablarles del Padre, del camino hacia la unificación con el Ser, si su primera preocupación es qué comerán o cuándo podrán enviar ayuda a sus familias?. Siente un gran dolor.

Sabe que se sienten solos, y que su soledad –aunque no lo sepan todavía- es parecida a esa otra soledad que él ha vivido tan intensamente.

Recordó: **“Mi alma está muy triste hasta la muerte”** y como le dijo a sus compañeros: **“quedaos aquí y velad conmigo”**.

El recuerdo es mucho más intenso y se le llenan los ojos de lágrimas: **“Padre mío, si es posible, pase de mí este vaso; empero, no como yo quiero, más como tú”**.

Sabe que los amigos no pueden estar siempre a la altura: **“¿No habéis podido velar conmigo una hora?”**.

Pero también sabe que la aceptación es la terapia liberadora de tanto dolor: **“Padre mío, si no puede este vaso pasar de mí sin que yo lo beba, hágase tu voluntad”**.

Y esa aceptación llega también a comprender a los otros, y sus problemas, y sus miserias:

“Dormid ya y descansad: he aquí ha llegado la hora, y el hijo del hombre es entregado en manos de pecadores;

levantáos, vamos: he aquí ha llegado el que me ha entregado” (Lc XXVI, 39, 40, 42, 45 y 46).

Su soledad es distinta. *“Es la soledad cósmica de muchos liberados vivientes”* (RC pág. 94).

Pero al igual que él vino para enseñar, para curar, para acompañar, comprende que estas personas han venido para aprender, para ayudar, para enriquecerse y enriquecer, pero no sólo con bienes materiales sino también con el enriquecimiento que nace del intercambio de culturas.

Jesús vino a servir y ellos han venido también a servir. Son dos niveles, es cierto, pero la misión está ahí.

“Jesús predicó incansablemente para llevar la enseñanza hacia los otros, viajando por Galilea, Fenicia, Judea y otras regiones. Vivía de la caridad pública, también lo invitaban a comer amigos o admiradores y se alojaba en hospederías y establos” (RC, pág. 95).

Jesús vuelve a mirarles y les ve apocados, tristes, nostálgicos, vacíos de ilusión, temerosos; a su corazón llega ese sentimiento de inutilidad que les atosiga, que les confunde, que les hunde en una vida llena de pobreza y abatimiento. También ve, en otros, una mirada airada,

crispada, tensa, rozando el odio. ¿Qué puede decirles si no tiene un trabajo digno para ellos, ni un lugar sano donde descansen y formen su hogar? ¿Puede hablarles del espíritu si no saben si van a poder cenar esta noche, ni comer mañana?.

Jesús mira muy dentro de sí. Y se dirige a ellos con una gran humildad:

Quiero contaros algo que me pasó hace tiempo:

“Y levantándose de allí fue a los términos de Tiro y de Sidón; y entrando en casa quiso que nadie lo supiese; mas no pudo esconderse,

porque una mujer, cuya hija tenía un espíritu inmundo, luego que oyó de él, vino y echóse a sus pies;

y la mujer era griega sirofenicia de nación y rogábale que echase fuera de su hija al demonio.

Mas Jesús le dijo: Deja hartarse primero a los hijos, porque no es bien tomar el pan de los hijos y echarlo a los perrillos.

Y respondió ella y díjole: Sí, Señor, porque los perrillos debajo de la mesa comen de las migajas de los hijos.

Entonces dícele: por esta palabra ve: el demonio ha salido de tu hija.

Y como fue a su casa, halló que el demonio había salido, y la hija echada sobre la cama” (Mc VII, 24 a 30).

Me preguntaréis por qué os cuento esto. Es cierto que yo era el inmigrante, el que estaba en la tierra de esta señora, por lo que se podía interpretar que mi situación era la inferior, pero no era así, yo era hombre y ella era mujer, y en aquellos años una mujer, a los ojos de un judío, sola, sin marido y con una hija con un espíritu impuro, no era una persona que pudiera dirigirse a alguien como yo.

Pero se humilló, se echó a mis pies, y yo tengo que confesaros que lo encontré normal. Y no sólo por su posición física, sino porque me contestó que los perrillos comen debajo de la mesa, las migajas de los hijos.

Sin embargo, inmediatamente reaccioné: yo estaba en tierra extranjera y me estaba comportando con una mujer como un xenófobo. Todo lo que no entendía de los demás por su comportamiento con los judíos, lo estaba haciendo yo con aquella mujer. Y comprendí que lo que me estaba enseñando con sus palabras y su comportamiento era que todos teníamos la misma dignidad, pero que la estaba sometiendo a una subordinación injusta.

La curación fue mía, porque de mí salió la ignorancia de humillar a la mujer. También la comprensión de que no tenía que tener miedo, que no tenía que esconderme en tierra extranjera. La mujer fue quien me convenció.

Días atrás vi en una manifestación de inmigrantes una pancarta que decía: “Soy un ser humano, ¿y tú?”. Por ello, quiero deciros que tenéis que entrar en el tú a tú, y convencer.

Todos le miran con agradecimiento. Jesús percibe que piensan que no saben si será verdad lo que está diciendo, pero también que en este momento, sus palabras les consuela, y que

mañana cuando sufran, recordarán estas palabras y les servirá de apoyo, de refugio, y de impulso para seguir viviendo.

Miqueas sale algo confortado. Un poco más animado. Ciertamente comprendido. Cuando llegue a su cama, pensará en su familia y rezará como le han enseñado. No puede volver, así que tiene que seguir. Mañana será un nuevo día en el que salir a conquistar un trabajo y una nueva vida. Tiene que tener fe y recordar algo más que ha dicho Jesús:

“Ansí que no os congojéis por lo de mañana, que el mañana traerá su congoja. Basta al día su aflicción” (Mt VI, 34); y

“Venid a mí, todos los que estáis trabajados y cargados: que yo os haré descansar.

Llevad mi yugo sobre vosotros y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas.

Porque mi yugo es fácil y ligera mi carga” (Mt XI, 28 a 30).

Miqueas volverá a escuchar a Jesús.

¿Qué pienso yo de este caso?

He puesto muchas cosas en él. Por un lado, he querido reflejar lo que significa que estés en otro país por necesidad. Hace años, había un gran porcentaje de familias españolas que tenían a un familiar o a más, trabajando fuera del país. Esas personas se sintieron y fueron inmigrantes. Vivieron una soledad profunda: al principio, ni conocían el idioma –muchos volvieron y sólo chapurreaban cuatro palabras para entenderse-, ni hicieron muchos amigos, ni fueron tratados como iguales. Se les respetó por su forma de trabajar, por su integridad y su honradez, pero no se les trató como amigos.

Hoy no deberíamos olvidar que cualquier ser humano tiene derecho a una vida digna, lo que no significa que haya que creer que un inmigrante es un “santo”, sólo hay que acordarse de que es un ser humano, con sus luces y sus sombras.

Por otro lado, lo que he querido reflejar es que el estar en un país extranjero, o en un ambiente diferente, o incluso en un lugar estupendo pero en el que eres un recién llegado, es una oportunidad para enriquecerse, para pulir el diamante que todos somos, pero que también cuesta.

Cuesta la adaptación, cuesta el acercamiento, cuesta el abrirse, cuesta el escuchar a los otros, cuesta el recibir y cuesta el dar.

Yo me he sentido como una inmigrante en Kaizen. Al primer encuentro llegué con el alma en las manos, la sonrisa en el corazón, abierta de par en par, y con una ilusión muy profunda. Pero ese mismo día me di cuenta de que era “mayor”, de que no tenía la misma edad –con lo que ya eso supone cuando eres “alumna”- que la mayoría de mis compañeros. Y eso mismo me empujaba a la soledad o a tener que esforzarme para lograr el acercamiento a los demás. Y la verdad, ni el cuerpo ni el alma estaban ya para tanto trote.

Tengo que reconocer que me ha costado –y me cuesta- la soledad que arrastro. Me impongo el acercamiento (salvando a algunos compañeros, debo ser sincera), y no porque

no quiera acercarme sino porque comprendo que es más fluida la relación con los que comparten y viven tus problemas que con otros a quienes ves más alejados de los mismos.

Pero como cualquier inmigrante tengo mucho que dar –y mucho que recibir- y es una pena que gran parte de todo ello se vaya “al *perdío*” –como dice un amigo agricultor-. Pero es así.

La labor de integración no puede ser solamente responsabilidad de una parte, es responsabilidad de todos, absolutamente de todos.

En cualquier caso, todo sucede para nuestro enriquecimiento personal y para pulir nuestro diamante, como decía antes. Y así debe ser entendido.

Llegando al final del curso, comprendo que el *ego* es muy poderoso y que no hay que hacerle caso, que lo que cuenta es lo que uno aprende, y que lo más importante de este aprendizaje es el camino interior; es el desapego, es el Ser.

8. Joel, la fuente interior

Joel es novicio de una orden religiosa de clausura. Tiene 28 años. Acabada la carrera sintió la llamada de Dios y decidió entrar en la orden. La consternación fue general entre sus familiares y amigos. Un chico tan brillante y del que se esperaba “tanto”, lo tiraba todo por la borda y se “metía a fraile, y además de clausura”. En estos tiempos... nadie le entendió.

Vive en un monasterio alejado de las grandes ciudades y hasta ahora ha llevado la Regla con alegría y paz profunda pero desde hace un tiempo su corazón “se ha secado”. La oración le resulta vacía y rutinaria. Las normas sólo disciplina. Se siente infeliz, pero no quiere dejar la Orden, no es eso.

Ha hablado con el maestro de novicios y éste le ha conseguido hora para una consulta con Jesús.

Jesús le ha escuchado con ese amor inmenso y esa mirada llena de comprensión que alivia de inmediato la tristeza profunda, y esa soledad infinita que siente.

Jesús le dice:

“Pedid y dárseos ha. Buscad y hallaréis. Tocad y abríseos ha.

Porque cualquiera que pide recibe, y el que busca halla, y al que toca se abre”
(Mt VII, 7 y 8).

En principio sus palabras le han parecido bien. Joel es amante de la voluntad y del esfuerzo, pero ya ha puesto mucha voluntad y mucho esfuerzo y su corazón sigue triste. No es posible que Jesús le esté diciendo que tiene que “forzar” a Dios a base de súplicas para conseguir apaciguar su tristeza y la sequedad de su alma.

Pregunta a Jesús y él le explica que no se trata de eso. Sus palabras “*no son promesas para el yo, como éste quiere creer, sino algo mucho más simple y, a la vez, más profundo. Constituyen sencillamente, una constatación que, quien se halla en un nivel de conciencia transpersonal, ha visto: en ese nivel, pedir es ya recibir; buscar es ya haber encontrado; y por el simple hecho de llamar, todo se abre. Porque no hay un “yo” que pida y “otro” que deba darle; tampoco hay ninguna petición ni búsqueda egoica; puesto que todo es ya, la*

comprensión de lo que es, hace que “pedir” y “recibir”, “buscar” y “encontrar”, “llamar” y “abrir”, sean coincidentes” (EML).

Joel le pide a Jesús que le explique un poco más. Y Jesús le dice:

Voy a contarte algo que me pasó hace tiempo, cuando hice un viaje a Samaria, y visité una ciudad que se llama Sicar. Estaba cansado del camino y me senté al lado de una fuente, entonces vino una mujer de Samaria a sacar agua y le pedí que me diese de beber:

“Y a la mujer samaritana le dice: ¿Cómo tú, siendo judío, me demandas a mí de beber, que soy mujer samaritana? Porque los judíos no se tratan con los samaritanos.

Respondió Jesús y díjole: Si conocieses el don de Dios y quién es el que te dice: Dame de beber, tú pedirías de él, y de daría agua viva.

La mujer le dice: Señor, no tienes con qué sacarla, y el pozo es hondo: ¿de dónde, pues, tienes el agua viva?

Respondió Jesús y díjoles: Cualquiera que bebiere de esta agua volverá a tener sed.

Mas el que bebiere del agua que yo le daré, para siempre no tendrá sed; mas el agua que yo le daré será en él fuente de agua que salte para vida eterna.

La mujer le dice: Señor, dame esta agua para que yo no tenga sed ni venga acá a sacarla” (Jn IV, 9 a 15).

Jesús quiere acompañar a Joel en su camino; quiere que sienta en lo más profundo de sí mismo que hay algo que puede curarle, que hay algo dentro de él superior a sus inquietudes y tristeza: el agua viva.

“El agua viva es la sabiduría que liberada hace el corazón compasivo y pone así término a toda aflicción, pesadumbre, desorden y confusión. El agua viva, o sabiduría, conecta con el Padre que hay individuado en toda criatura. Para extraer el agua viva hay que desplegar el entendimiento correcto y libre de autoengaños y condicionamientos, como el apego” (RC, págs. 217 y 218).

Joel ha entendido pero aún no lo ha sentido; comprende que tendrá que buscar dentro de sí mismo el agua viva para dejar de sufrir con lo que él llama falta de fe.

En la siguiente sesión, Jesús cree que puede ir más allá y le dice:

“Si alguno tiene sed venga a mí y beba.

El que cree en mí, como dice la Escritura, ríos de agua viva correrán de su vientre” (Jn VII, 37 a 39).

Jesús se muestra como el maestro espiritual que es. Trata de enseñarle que el agua viva es el consuelo, la guía, la *“lámpara en la ruta a recorrer para hallar el poder interno que eleva la consciencia y realmente transforma y pone fin a la desdicha interior. Para consumir la tarea, se requiere una enseñanza, y los custodios de estas enseñanzas y sus métodos han sido los guías del espíritu... Mediante una actitud armónica, la oración consciente, la*

contemplación y la meditación, la caridad y el amor incondicional, se logra la revelación de esa fuente interna que otorga el agua viva que libera” (RC, pág 219).

Joel aún tardará en comprender que cuando decidió entrar en la Orden, dio un paso muy importante en su desarrollo personal, en su desapego del mundo, en su camino hacia el descubrimiento de Sí mismo, de su Ser interior. La soledad interior es un vehículo sagrado que le conduce hacia su verdadera libertad, hacia el verdadero Amor, que están puliendo el diamante que es para convertirlo en un brillante maravilloso.

En otra de las sesiones, Jesús le dirá:

“¿No se venden dos pajarillos por una blanca? Y uno de ellos no cae a tierra sin vuestro Padre.

Y vuestros cabellos también están contados.

No temáis, pues; más valéis vosotros que muchos pajarillos” (Mt X, 29 a 31).

“Un rasgo típico de la conciencia unitaria es la confianza sin límites. Donde el yo ve motivos para temer, desconfiar o abatirse, la nueva conciencia confía. El yo teme y desconfía porque se percibe a sí mismo aislado frente al resto de la realidad, que ha percibido otras veces como hostil. Por otro lado, la lectura que el yo hace de estas palabras es, necesariamente, mítica. Se imagina un dios separado que, como gran mago, está interviniendo para que al propio yo le vaya bien. Y, sin embargo, la realidad clama para decir que eso no ocurre así. No hay nadie que cuide al yo de las catástrofes que teme; no hay nadie “ahí fuera” que asegure la supervivencia del yo. Una vez más las palabras de Jesús no nacen del yo ni van dirigidas a él. Son las palabras sabias de quien ha visto que todo está bien. La liberación del sufrimiento no consiste en proteger al yo de cualquier realidad que él perciba como desagradable, sino justamente en aprender a tomar distancia del propio yo, accediendo a ese nuevo modo de percibir en el que todo se sucede –como la noche sucede al día y calma la tempestad- y en el que, porque finalmente todo está bien, podemos descansar confiadamente” (EML).

En los siguientes días Joel reflexiona a propósito de la religión y la espiritualidad. Jesús le ha dicho:

“Créeme que la hora viene, cuando ni en este monte ni en Jerusalén adoraréis al Padre.

Vosotros adoráis lo que no sabéis, nosotros adoramos lo que sabemos, porque la salud de los judíos viene.

Más la hora viene, y ahora es, cuando los verdaderos adoradores adorarán al Padre en Espíritu y en verdad, porque también el Padre tales adoradores busca que lo adoren.

Dios es espíritu; y los que lo adoran, en Espíritu y en verdad es menester que adoren” (Jn IV, 21 a 24).

“No podía ser de otro modo. En esa nueva conciencia, todo es templo de Dios, porque nada está separado de nada. Todo es expresión y manifestación de lo Real. Vacío y forma, inmaterial y material, Dios y creación, todo es no-diferente, imposible de ser separado.

¿Queda lugar para la religión en la conciencia transpersonal?. La respuesta la ofrece el propio texto –del Evangelio que está citado-: ha terminado el tiempo del templo; la adoración es en espíritu y en verdad.

La religión es el modo en que la espiritualidad toma forma mientras el ser humano se halla en el nivel mental –sea mítico o racional- de la conciencia. Como yo separado, percibe a Dios como Ser también separado. He ahí la religión que ha de expresarse en creencias, ritos y prácticas; la religión del templo.

Ahora bien, en la medida en que trasciende el yo, Dios deja de ser percibido como un ser separado y, justamente entonces, todo se llena de su presencia y de su aroma. Y la persona que ha nacido a esa nueva conciencia se convierte en adorador de Lo que es. Adora en espíritu y en verdad, porque en todo percibe el Misterio digno de adoración, alabanza y amor” (EML).

En la intimidad de su celda, en la capilla, en el huerto, en la realización de las tareas asignadas, Joel comprende que su ego es el que le ha alejado de sí mismo; él forma parte de la unidad de Dios; Dios está dentro de él; él no está alejado ni separado.

Su mente se ha acallado y comprende que no puede haber sequedad en la Unidad. Su yo no es la identidad definitiva. Dios, Jesús, sus hermanos, su familia, el mundo... nada está separado de nada. Lo que le produce tristeza, soledad, desasosiego es la creencia de que Dios ya no le habla, ya no le escucha, ya no le quiere, pero ahora sabe que eso sólo se produce porque ha escuchado a su ego, que le ha separado de la Unidad. Todo está en él y él está en todo.

Tiene que seguir sintiendo, tiene que seguir trascendiendo. No sabe si continuará o se marchará. Pero eso no tiene importancia ahora, ahora lo que es importante es abrirse a su conciencia transpersonal, lo demás le será dado por añadidura.

¿Qué pienso yo de este caso?

Hay que seguir buscando, no hay que desanimarse. Mi lucha contra el ego es continua. El amor propio, la ira, el creer que llevo la razón, la inteligencia para “ver” –que en esto no me ayuda precisamente-, pueden llegar a desbordarme y hacerme perder el “estado de gracia”.

Intento aceptar a los demás, aceptarme a mí misma, no juzgarme, no juzgar, no ser Casandra, pero el ego está ahí, poderoso, a veces casi me parece invencible, luchando porque no me entregue a mi Ser interior, porque no le abandone, porque recupere la libertad.

El ego que me dice “tu eres tú, con tus potencialidades, con tus facultades, con tus conocimientos, con tu experiencia...” y mi verdadero yo que me lleva de la mano, con amoroso cuidado, a mi camino interior, a la paz verdadera, al amor profundo, a la humildad y a la mansedumbre, a ese estado de conciencia y de espíritu donde se está tan bien.

¡Qué lucha, Señor, qué lucha!. Y en ella llegan a mis oídos las palabras de José María Doria:

“La verdadera felicidad sucede en la pupila del alma. Tal vez, lo que usted ahora vive tiene una cierta relación con semillas y condicionamientos de su infancia. Siembre el futuro en el

presente. Diseñe de nuevo su vida y recréese ahora, ya consciente. No dude de lo que quiere. Usted sabe que el simple hecho de sentirlo significa que, aunque parezca increíble, está en su camino y de alguna forma lo merece. No se rebaje ni un solo grado por viejos reproches o antiguas culpas. Mire al cielo estrellado de la noche y sonría, que ya es el momento de ser libre y de permitir que la brisa cálida roce su alma. Sea realista y... ¡espere un milagro!. (Inteligencia del Alma, pág. 102).

Yo sé en mi interior que esa batalla la voy a ganar; es más, que tardaré lo que Dios quiera, pero que también ganaré la guerra.

9. Rut, encontrarse en el infancia

Rut es una mujer maravillosa. Tiene un trabajo muy duro, lleno de responsabilidades, en el que debe tomar decisiones constantemente, decisiones que afectan –y mucho- a la vida de los demás. Vive en una ciudad que no es la suya.

Rut eligió vivir en esa nueva ciudad pero se muere de nostalgia y de recuerdos.

El aroma de los recuerdos, que se va intensificando en la misma proporción que la distancia los acerca. Siente una inmensa tristeza en su corazón.

Le han hablado de mí y ha decidido acudir a mi consulta.

La he escuchado con todo cariño y comprensión. He ido haciéndole preguntas para conseguir que su corazón se vaciase, para que yo pudiese entender de dónde nace su nostalgia y su tristeza; y así acompañarla en su propio descubrimiento.

En una segunda sesión, le he ofrecido hacer una regresión para tratar de encontrar qué fue lo que sucedió en la infancia que está sin resolver y qué le produce tanta nostalgia y tristeza, porque vivir en otra ciudad, incluso vivir físicamente alejada de su familia, no puede ser la causa de esos sentimientos, ya que el hacerlo ha sido una decisión propia. Rut no ha querido hacerla. Me ha dicho que siente miedo, así que he seguido preguntando y reflexionando.

Su vida sentimental es buena. No vive en pareja pero su compañero y ella se aman profundamente.

Tiene una relación fantástica con sus padres. Se quieren mucho, se comprenden. No tiene hermanos.

Tiene también muy buenos amigos. Amistades profundas. Algunas desde el colegio y las más recientes son personas maduras y enriquecedoras.

Su trabajo le gusta, se entrega a él con el alma, pensando en la labor social que hace, que le trae tranquilidad consigo misma.

Sin embargo, a veces sufre episodios de miedo, de angustia, al creer que no lo está haciendo bien o que no trabaja lo suficiente o que no sabe lo suficiente. Visto desde fuera, esto es algo curioso ya que su formación es impecable y dedica a su trabajo casi todo su tiempo y tiene “todo al día”, que es algo absolutamente excepcional en su ámbito profesional.

¿De dónde proceden esas emociones de baja autoestima, de esa falta de confianza en sí misma?.

En una de las sesiones me ha contado que sus padres, una vez que su madre tuvo que volver a trabajar, aceptaron el consejo de los abuelos de que ella viviera con ellos durante los días laborables, a fin de que el bebé no tuviera que cambiar de domicilio tan temprano por las mañanas, de modo que veía a sus padres por las tardes y estaba en su casa los fines de semana. Esa forma de vida la tuvo hasta que cumplió dos años. Sus recuerdos siempre han sido los de tener una madre maravillosa pero, comprende que en su interior sentía que no estaba todo el tiempo que debiera con ella.

Después, cuando ya vivía con sus padres, seguía estando poco tiempo con su madre porque ésta trabajaba muchas horas. Por la mañana no la veía porque cuando se levantaba, ella ya se había ido y por las tardes, llegaba muy tarde también, de modo que, salvo los fines de semana y las vacaciones, no podían compartir muchas más horas.

Rut adora a su madre. Le parece la mejor madre del mundo. La quiere por encima de todo, por eso cuando está con ella no siente nostalgia ni tristeza. Poco a poco, y a medida que ha empezado a mirar su pasado con los ojos de ese sentimiento que está empezando a poner en su lugar, comienza a sentirse mejor.

Siempre se ha sentido muy amada y comprendida, por eso no podía ver lo que estaba detrás. Ahora comprende que esa nostalgia procede precisamente de eso: de la falta que sentía de su madre, de su ternura y de su amor, cuando no podía estar con ella. De tenerle que decir adiós todos los días; es decir, diariamente tenía que superar un pequeño duelo.

Una vez ha llegado la luz a esa herida, que el paso del tiempo no ha curado porque no sabía que la herida existía, ese sentimiento doloroso va a poder integrarse en su vida y en su sentir; va a formar parte de sí misma, como experiencia dolorosa pero de un gran crecimiento.

Empieza a comprender que quizás ese afán por vivir sola, por ser independiente, procede de la actitud de propio cuidado frente a esa herida. No tenía a su madre, tenía que hacerse fuerte e independiente para soportar ese dolor. Todas estas palabras suenan muy fuerte cuando piensa en el bebé y la niña pequeña que fue, pero ahí están los hechos y están sus sentimientos. Todo habrá que integrarlo.

Ella siempre comprendió que su madre la adoraba y que si no estaba más con ella era por el trabajo que tenía, pero se trataba de una comprensión mental porque en el mundo de las emociones la herida estaba presente. El mundo mental le ha impedido ver la realidad hasta ahora, además el hecho de decirse “he sentido falta de tu amor, madre”, no es nada que no pueda decir, ni que al decirlo haga daño a su madre. Empieza a comprender también que al haber ocultado eso trataba de proteger a su madre para que no sufriese al enterarse de su propio dolor.

Rut sabe que será poco a poco como irá curando esa herida, sabe que cuanto más luz arroje sobre ella, más pronto se limpiará y cerrará, convirtiéndose en una verdadera joya, que le permitirá una mayor comprensión de sí misma y de los otros. Rut se siente en paz.

Tendremos que seguir trabajando con los episodios de miedo y angustia para encontrar dónde está el origen de los mismos, quizá estén muy relacionados con los sentimientos de nostalgia que ha tenido hasta ahora.

¿Qué pienso de este caso?

Reflexionando sobre este caso, he comprendido mejor las palabras de Jesús:

“Y decía Jesús a los judíos que le habían creído: Si vosotros permanecierdes en mi palabra, seréis verdaderamente mis discípulos y conoceréis la verdad, y la verdad os libertará.

Respondieronle: Simiente de Abrahán somos y jamás servimos a nadie. ¿Cómo dices tú: seréis libres?.

Jesús les respondió: De cierto, de cierto os digo que todo aquél que hace pecado es siervo del pecado;

Y el siervo no queda en casa para siempre, más el hijo queda para siempre.

Así que si el Hijo os libertare, seréis verdaderamente libres” (Jn IV, 31 a 36).

Cuando Jesús habla de su palabra, habla de la conciencia transpersonal; cuando habla de pecado, habla de la ignorancia, del ego, de la individualidad.

Jesús habla de libertad, la libertad que procede de iluminar nuestras sombras, de llevar con el mayor amor que tengamos luz a nuestro interior; esa luz nos indicará dónde está la verdad, y esa verdad nos hará libres, porque la *“ignorancia es el reino del miedo y el sufrimiento”* (EML).

Comprendo que la labor del terapeuta es acompañar al paciente a encontrar la luz, a ayudarlo a salir de la oscuridad que supone la ignorancia de cómo nos dominan nuestros patrones mentales, nuestras emociones, nuestros condicionamientos.

Vivimos enclaustrados en el yo y enfrentados a los otros yos de los demás. Éste no es el camino de la paz y de la libertad. Es el camino del sufrimiento. Y el terapeuta tiene que acompañar a sus pacientes a abandonar ese camino y a encontrar el de la liberación espiritual y emocional.

10. Ester, el miedo y el perdón

Ester es cubana. Trabajaba como doctora. Era la máxima autoridad en hematología, no sólo de su país sino de América-Latina.

Tuvo muchas oportunidades para salir de Cuba, pero no lo hizo por una firme convicción: la revolución. La revolución que suponía bienestar social para todos. Salud y educación. Una vida mejor.

Esta creencia estaba arraigada firmemente en su corazón y siempre trabajó así, dondequiera que la enviaron. Sin rechistar. Sin una queja. Enferma o sana.

Hace un año le abrieron un expediente. Creen que ha sido corrupta, lo cual es absolutamente incierto. Le han quitado su licencia para ejercer. Le han desposeído de su cargo y ni tan siquiera la dejan ejercer como médica. Está condenada al ostracismo, como en la antigua Grecia.

Los que antes la creían poderosa, ahora se cruzan de acera si se la encuentran en la calle. Ya no recibe visitas. Ya no se acuerdan de los favores –sin pedir nada a cambio- que hizo a tanta gente.

Mal vive con su madre y con la ayuda de los suyos.

Sufre mucho.

Planteé este caso a una compañera del curso y me dijo que sólo podía acompañarla, escucharla, comprenderla, porque nadie podía digerir por otra persona. Y así lo he venido haciendo. Como aprendiz de psicoterapeuta y como amiga a la que le duele su amiga, he venido escuchándola a través de sus correos electrónicos y enviándole mis palabras de consuelo o como se le quieran llamar, también a través de correos electrónicos.

Al hacer este trabajo, no podía por menos de plantearme que le hubiese dicho Jesús. Imposible saberlo pero creo que hay dos temas importantes que él hubiese tratado: (i) el miedo y (ii) el perdón.

Jesús dice en el Evangelio de Mt X, 28:

“Y no hayáis miedo de los que matan el cuerpo, mas al alma no pueden matar; temed antes a aquél que puede destruir el alma y el cuerpo en el quemadero”.

Y en Jn X, 11 a 18:

“Yo soy el buen pastor: el buen pastor su alma da por sus ovejas.

Mas el salariado y que no es el pastor, cuyas propias no son las ovejas, ve al lobo que viene y deja las ovejas y huye; y el lobo arrebatada y disipa las ovejas.

Ansí que el salariado huye, porque es salariado, y las ovejas no le pertenecen.

Yo soy el buen pastor y conozco mis ovejas, y las mías me conocen.

Como el Padre me conoce a mí, y yo conozco al Padre; y pongo mi alma por las ovejas.

También tengo otras ovejas que no son de este corral: aquéllas también me conviene traer, y oirán mi voz, y hacerse han un corral y un pastor.

Por eso me ama el Padre, porque yo pongo mi alma, para volverla a tomar.

Nadie la quita de mí, mas yo la pongo de mí mismo, porque tengo poder para ponerla y tengo poder para volverla a tomar. Este mandamiento recibí de mi Padre”.

Esto es lo que le estoy escribiendo continuamente:

- Mira dentro de tí misma. El Amor está en tí. Tiene el poder y la fuerza interior para salir adelante. A tu alma no pueden hacerle daño. Existe otro camino que no es el que padeces ahora.
- Todo lo que te sucede puedes cambiarlo para convertirlo en un enriquecimiento propio. Nadie te puede arrebatada lo que está dentro de ti. Te pueden quitar lo que te dieron pero no te pueden quitar lo que tú eres, lo que es tuyo.

- No sé por qué tienes que pasar este calvario, pero ten la seguridad de que si estás teniendo que sufrirlo es por algo que no conocemos pero que será para tu bien, aunque ahora no puedas verlo.

Yo sé que le debe resultar muy difícil admitir esto, pero también sé que, al menos, le llega el consuelo espiritual, fraternal, amoroso, aunque mis palabras no sean las más acertadas.

También le hablo de que la única liberación está en el perdón sincero y profundo.

Jesús dijo:

“Más Jesús decía: Padre, perdónales, porque no saben lo que hacen” (Lc XXIII, 34).

Yo he comprobado, en carne propia, el poder del perdón. Cuando perdonas te liberas. Cuando perdonas te “desenganchas” de todo lo que estaba haciéndote sufrir. Cuando perdonas comprendes, que no quiere decir que entiendas.

No hay por qué entender lo que te hicieron, es sencillamente que aceptas lo que pasó, no que te resignas –seguirás luchando, si ello te es posible-, pero aceptas que si pasó es porque tenía que ser así, aunque no lo comprendas, y desde esa actitud interior de aceptación llega el perdón y llega la liberación.

No se trata de beneficiar a quien te hizo daño, se trata de beneficiarte a ti, de liberarte de esa pesada carga que es la acusación, la rabia, el deseo justiciero de venganza, de poner las cosas en su sitio que hace que los dientes de la serpiente que te ha mordido se claven más profundamente en tu carne al tratar de lanzarla fuera de ti.

No, hay que sujetarla por la cabeza y desengancharla de tu carne y entonces arrojarla lejos de ti. Arrojar el rencor y la amargura, para poder acoger la compasión. La compasión que te liberará del sufrimiento.

El dolor, sí, es comprensible; el sufrimiento, es innecesario.

Enfrentar el miedo, trabajar el perdón. Es fácil decirlo cuando no se están pasando momentos como el que he expuesto, pero es el camino del sosiego y de la paz, porque por encima de todo, está la paz interior, la que no pueden arrebatarnos. El lugar donde somos nosotros de verdad, donde nos fundimos con lo Divino.

El tiempo pasará y Ester reflexionará sobre lo pasado, entonces también quiero estar a su lado, acompañándola, sintiéndola como mi amiga, como mi hermana, como yo misma.

11. El sermón de la montaña

No es posible acabar el trabajo sin hablar del sermón de la montaña (*“uno de los sermones más bellos, significativos y lúcidos que se hayan dado en la historia de la espiritualidad”*) (RC).

Es uno de los ejemplos más vivos de las lecturas e interpretaciones que se pueden dar a unas palabras según el nivel de conocimiento que tenga cada persona.

Jesús habló para toda clase de personas y para todos los tiempos. Jesús habló desde su conciencia transpersonal para indicarnos e iluminarlos cómo llegar a ella.

Hoy habla para nosotros, terapeutas, escuchémosle:

Dijo y dice Jesús:

“Bienaventurados los pobres del Espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos.

Pobre de espíritu es quien no tiene ego, quien no lucha contra los demás, quien no quiere ser el primero (el niño en el bautizo, la novia en la boda, el muerto en el entierro); es aquel que ha comprendido qué es realmente un tesoro; el que no tiene orgullo malsano; el que está lleno del verdadero Espíritu; por eso le es más fácil acceder al reino de los cielos, o lo que es lo mismo, a la conciencia de Unidad, a la conciencia transpersonal.

Bienaventurados los tristes, porque ellos recibirán consolación.

Tristes porque están ansiosos por encontrarse con Dios, por fundirse con el Espíritu y ser uno mismo, por salir de su ego y sentir la Unidad. Lloran por encontrar el camino hacia la consciencia, hacia lo que está más allá del ego, hacia lo transpersonal.

Bienaventurados los mansos, porque ellos recibirán la tierra por heredad.

Mansos son todos aquellos que aman crear armonía, concordia; quieren solucionar los pleitos con conocimiento de las situaciones que han llevado a los enfrentamientos; quieren la comprensión de los problemas, de las personas, son todos aquellos que se ponen los zapatos del otro para comprenderle mejor. Son los que no entienden que haya que poner zancadillas para llegar antes que el otro. Son esos excelentes compañeros que ayudan sin esperar nada a cambio y que no se aprovechan del más débil o del menos inteligente.

Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán hartos.

Hambre de conocimiento, hambre de verdad, de iluminación, porque en el conocimiento, la verdad y la iluminación está la justicia. Son esos buscadores de lo espiritual, del camino para llegar al Espíritu. Peregrinos que llenan sus alforjas del amor al conocimiento transcendental y a la sabiduría, de compasión hacia los otros. Psicoterapeutas a la búsqueda de lo transpersonal.

Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán la misericordia.

El misericordioso ama de verdad. Ama desinteresadamente. Le vemos en la calle cuando ayuda con su palabra o con su obra. Le vemos entre los compañeros cuando ofrece sus conocimientos sin pedir nada a cambio. Le vemos en las ventanillas cuando ayuda a entender la documentación o te informa de lo que hay que hacer del mejor modo posible. El misericordioso es ese amigo inquebrantable en su deseo de acompañarte, que está cuando te encuentras enfermo, o te encuentras mal y necesitas un consejo. El misericordioso ama sin reservas.

Bienaventurados los de limpio corazón, porque ellos verán a Dios.

Limpio de corazón es aquél que ha conseguido eliminar de dentro de sí los malos sentimientos, el egoísmo, la confrontación con el otro, la maldad, la soberbia, el orgullo insano.

Limpio de corazón es el que se ha puesto a trabajar en su interior para llegar a la conciencia transpersonal, renunciando a lo oscuro, integrándolo con la iluminación.

Bienaventurados los pacíficos, porque ellos serán llamados hijos de Dios.

El pacífico es aquél que ha logrado librarse de la ira, aquél que, poco a poco, se ha ido observando y aquietando.

El pacífico ha hecho de la meditación y la oración la fuente de su salud espiritual.

El pacífico es de quien brota la paz interior.

Bienaventurados los que padecen persecución por causa de la justicia, porque de ellos es el reino de los cielos” (Mt V, 3 a 10).

Si antes hemos visto que los que sienten hambre de justicia son los peregrinos en busca del conocimiento interior, los que tienen sed de sabiduría, de transformación y de liberación, vemos también como estos peregrinos son los que padecen persecución. Persecución porque son el otro, el distinto, aquel a quien no se le comprende porque su camino está muy alejado de los seres que sólo viven en el nivel mental, en el nivel egoico.

Sufren persecución porque no van en busca de las posesiones de la tierra, porque no son corruptos, porque no son avariciosos.

Sufren persecución porque aman, porque son desprendidos y generosos, y ello supone una revolución espiritual que no puede ser admitida y ha de ser dominada. A los poderosos de la tierra no le interesan seres que sean libres porque su alma no se puede comprar ni se puede herir.

No me es posible terminar este apartado sin copiar fragmentos que he recogido del libro de Ramiro Calle, y que entiendo como el bálsamo que todos necesitamos:

- Dice **Ramana Maharshi**: *“La gracia está siempre presente. Tú imaginas que es algo lejano, que está allá arriba en el cielo, que tiene que descender, cuando en realidad está dentro de ti, en tu corazón; y en el momento en que logras fundir la mente en su fuente, la gracia emana como un torrente desde dentro”.*

Es cierto, tenemos tendencia a creer, porque así hemos sido programados, que todo está fuera de nosotros, y nos empeñamos, una y otra vez, en buscar fuera lo que tenemos dentro. Todo está en nosotros. El camino que hay que seguir es el camino interior. El camino hacia la Unidad.

- Hablando de la limpieza de corazón y de cuando se consigue, se dice en el **Maitri Upanishad**: *“Las palabras no pueden describir el gozo del alma, cuya escoria se ha*

depurado en profunda contemplación; que se ha unificado con su ser, su propio espíritu. Sólo los que sienten gozo pueden saber lo que es”.

Yo entiendo que está hablando de la experiencia mística. Esta experiencia es una experiencia transpersonal. Superado el nivel mental se entra en la dimensión de la gracia y en la fusión con el Ser superior, que también somos nosotros. Entonces llega el verdadero gozo, el gozo de la comprensión de que eres amado con un amor infinito, para el que no tienes palabras para su explicación, ese amor que sólo puede sentirse y te hace conocer desde el sentir qué es la verdadera fusión. “*Se vacía de todo apego, se satura de lo Divino*”.

- De un poema de **Kabir**: “*El que es manso y feliz, el que posee una visión inalterada y cuya mente rebosa la plenitud del equilibrio y la calma; el que le ha visto y tocado, queda libre de todo temor y aflicción*”.

Volvemos a la experiencia mística, a la unión con lo Divino. El que ha sentido esa unión ya no quiere sino eso. No quiere vivir en el plano terrenal, en el nivel mental, quiere estar unido. Dichosos todos los que han tenido esta inmensa gracia.

12. Dos poemas de místicos españoles

Teresa de Jesús (1515 – 1582) y Juan de la Cruz (1542 – 1591) son dos grandes místicos y por lo tanto, seres absolutamente transpersonales. Sus poemas –vistos ahora a la luz de la consciencia transpersonal- resultan iluminadores, clarificadores, antorchas para la oscuridad del camino, del sendero interior, que hay que ir desbrozando de egoísmo, de ira, de resentimiento, de falta de amor, y de tantos otros sentimientos procedentes de la ignorancia del Ser.

Teresa y Juan amaban el Ser. Su lenguaje se correspondía –como no puede ser de otro modo- a su tiempo. (“*Todo texto nace espacial y temporalmente situado. Y a él nos acercamos cada cual también desde nuestro propio tiempo y lugar. Nos hallamos, por tanto, ante un doble condicionamiento que no podemos olvidar. Si a ese inevitable marco en el que toda expresión se produce lo llamamos paradigma, habremos de concluir que un paradigma no es sino un idioma cultural*” EML). Para ellos Jesús –Dios- es el Ser. Hoy podríamos llamarle de otro modo, pero eso no importa porque no es más que nuestro paradigma, que nuestro lenguaje cultural, lo que importa es que es el mismo lenguaje místico, transpersonal.

Creo que los poemas que traslado no necesitan palabras, las palabras son los sentimientos de cada uno de nosotros, y es mi regalo para los lectores de este pequeño trabajo:

“Vivo sin vivir en mí” (Teresa de Jesús)

Vivo sin vivir en mí,
Y tan alta vida espero,
Que muero porque no muero.

Vivo ya fuera de mí,
después que muero de amor,
porque vivo en el Señor,
que me quiso para sí;

cuando el corazón le di
puso en mí este letrero:
Que muero porque no muero.

Esta divina unión,
Y el amor con que yo vivo,
Hace a mi Dios mi cautivo
Y libre mi corazón;
Y causa en mí tal pasión
Ver a mi Dios prisionero,
Que muero porque no muero.

¡Ay, qué larga es esta vida!
¡Qué duros estos destierros,
Esta cárcel y estos hierros
En que está el alma metida!
Sólo esperar la salida
Me causa un dolor tan fiero,
Que muero porque no muero.

Acaba ya de dejarme,
Vida, no me seas molesta;
Porque muriendo, ¿qué resta,
Sino vivir y gozarme?
No dejes de consolarme,
muerte, que así te requiero,
que muero porque no muero.

Entreme donde no supe (Juan de la Cruz)

Entreme donde no supe
Y quédeme no sabiendo,
Toda ciencia trascendiendo.

Yo no supe dónde entraba,
Pero cuando allí me vi,
sin saber dónde me estaba,
grandes cosas entendí;
no diré lo que sentí,
que me quedé no sabiendo,
toda ciencia trascendiendo.

De paz y de piedad
Era la ciencia perfecta,
En profunda soledad
Entendida, vía reta;
Era cosa tan secreta,
Que me quedé balbuciendo,
Toda ciencia trascendiendo.

Estaba tan embebido,
Tan absorto y ajenado,
Que se quedó mi sentido
De todo sentir privado,
Y el espíritu dotado
De un entender no entendiendo,
Toda ciencia trascendiendo.

El que aquí llega de vero
De sí mismo desfallece;
Cuanto sabía primero
Mucho bajo le parece,
Y su ciencia tanto crece,
Que se queda no sabiendo,
Toda ciencia trascendiendo.

Este saber no sabiendo
Es de tan alto poder,
Que los sabios, arguyendo,
Jamás le pueden vencer,
Que no llega su saber
A no entender entendiendo,
Toda ciencia trascendiendo.

Y es de tan alta excelencia
Aqueste sumo saber,
Que no hay facultad ni ciencia
Que le puedan emprender;
Quien se supiere vencer
Con un saber no sabiendo,
Irá siempre trascendiendo.

Y si lo queréis oír,
Consiste esta suma ciencia
En un subido sentir
De la divina esencia;
Es obra de su clemencia
Hacer quedar no entendiendo,
Toda ciencia trascendiendo.

13. Conclusión

Jesús nos enseña a acceder a la conciencia transpersonal de muchas formas, pero entre ellas, a través de:

- Confianza: “**No se turbe vuestro corazón: creéis en Dios, creed también en mí**” (Jn XIV, 1).

- **Paz:** “La paz os dejo, mi paz os doy: no como el mundo la da, yo os la doy. No se turbe vuestro corazón ni tenga miedo” (Jn, XIV, 27).
- **Gozo:** “Estas cosas os he hablado para que mi gozo esté en vosotros, y vuestro gozo sea cumplido” (Jn XV, 11). La mujer cuando pare tiene dolor, porque es venida su hora; mas desde que ha parido un niño, ya no se acuerda del apretura por el gozo de que haya nacido un hombre en el mundo. También, pues, vosotros ahora a la verdad tenéis tristeza, mas otra vez os veré, y gozarse ha vuestro corazón, y nadie quitará de vosotros vuestro gozo” (Jn XVI, 21 y 22).
- **Servicio:** “Sabido Jesús que el Padre le había dado todas las cosas en las manos y que había salido de Dios y a Dios iba, levántase de la cena y pone su ropa, y tomando una tovaya ciñose. Luego puso agua en un bacín y comenzó a lavar los pies de los discípulos y a limpiarlos con la tovaya con que estaba ceñido” (Jn XIII, 3 a 5).
- **Amor:** “Antes del día de la fiesta de la Pascua, sabiendo Jesús que su hora era venida para que pasase de este mundo al Padre, como había amado a los suyos, que estaban en el mundo, amólos hasta el fin” (Jn XIII, 1). “Un mandamiento nuevo os doy: que os améis los unos a los otros. Como os amé, que también os améis los unos a los otros” (Jn XIII, 34).”Como el Padre me amó, también yo os he amado: estad en mi amor” (Jn XV, 9). “Nadie tiene mayor amor que éste: que ponga alguno su alma por sus amigos” (Jn XV,13).
- **Unidad:** “Yo soy la vid, vosotros los pámpanos: el que está en mí, y yo en él, éste lleva mucho fruto, porque sin mí nada podéis hacer” (XV, 5).

(Las citas del Evangelio están recogidas en EML)

Jesús nos enseñó el camino. Sus enseñanzas iluminan nuestras sombras y nos ayudan a integrarlas en nuestras vidas. Invito a conocerle más, a dejar que sus palabras penetren dentro de nuestros corazones y que allí fructifiquen. Acudid a él cuando tengáis un paciente, él os ayudará a acompañarle:

“Estas cosas os he hablado para que en mí tengáis paz: en el mundo tendréis apretura, mas confiad: yo he vencido al mundo” (Jn XVI, 33).

Jesús nos enseñó a no juzgar, a no condenar, a servir, a estar totalmente entregados a los demás, a poner las cosas del mundo en su sitio, a perdonar, a amar con plenitud, a comprender que somos Uno, a acompañar, a salir del clan y abrazar a cualquiera, a ver que los otros y nosotros somos lo mismo, a confiar, a entregarse, a no luchar contra los demás, a ser justos, a aborrecer la mentira y la falsedad, a saltarse las normas absurdas que impiden hacer el bien, a iluminar las sombras, a caminar hacia Dios por la senda de nuestro corazón hasta llegar a la Unidad; en resumen, a tener conciencia transpersonal.

Por todo ello, Jesús puede ser nuestro modelo de terapeuta y en cada problema que nos presente un paciente, acudamos a él, busquemos sus palabras para que nos sirvan como la luz que iluminará nuestro entendimiento y amor para acompañarle y ayudarle a descubrirse a sí mismo y a descubrir cómo iniciar el camino hacia el Ser y hacia la Paz.

14. Bibliografía

- Las palabras de Jesús transcritas, proceden del “Nuevo Testamento”, de la Biblia del Oso. La traducción es de Casiodoro de Reina, publicada en Basilea en el año 1569. Edición de José M^a González Ruiz.
- Los comentarios son de:
 - o (i) Ramiro A. Calle, del libro “La doctrina oculta de Jesús”, de Ediciones Martínez Roca, 1^a edición, febrero de 2006; y de
 - o (ii) Enrique Martínez Lozano, “El hombre sabio y compasivo: una aproximación transpersonal a Jesús de Nazaret, Journal of Transpersonal Research, 2009, Vol. 1, pp 34-56.9
 - o (iii) José María Doria, “Inteligencia del alma”, Gaia Ediciones, 2004.