

ALIENTO DE VIDA

Conferencia realizada el 28 Y 29 de mayo de 2005 Reino Unido por Mike Boxhall

En el folleto de esta conferencia dice: "La conferencia explorará los factores clave que organizan nuestro funcionamiento más allá de nuestra forma física".

Verdaderamente quiero entrar en ello y ver si podemos llevarlo un nivel más allá preguntando: "¿Cómo funcionamos más allá de toda forma?", y examinar si eso tiene significado y cuál podría ser éste en la práctica terapéutica.

Revelación- intelecto o inteligencia, es el título que he dado a esta pieza; empecemos viendo qué significan estas palabras.

Revelación —definición tomada del diccionario—: el acto o experiencia de revelar: aquello que es revelado: una apertura; una experiencia iluminativa; comunicación divina o sobrenatural.

Intelecto, la mente, en referencia a sus poderes racionales: dotado de la facultad de raciocinio.

Inteligencia: conocimiento: información comunicada.

Mientras juego un poco con estas palabras, me parece que podríamos decir que la inteligencia es lo que está allí por ser revelado, a muchos niveles diferentes, y examinaremos estos niveles sobre la marcha.

El intelecto es una herramienta para racionalizar lo revelado.

Revelación es el acto o experiencia de tomar conciencia de lo que es.

Inteligencia es que el planeta es redondo. Así es, siempre ha sido así y esto siempre ha estado allí para poder ser revelado. La revelación de que esto es así me llega, como una deducción razonada o intelectual, cuando viajo 36 horas hacia el oeste a lo largo del Ecuador y vuelvo al lugar donde empecé, justo debajo del Monte Kenya. Después de una breve reflexión sobre cómo es que llevo tanto tiempo viajando en una dirección y acabo donde empecé, me digo a mí mismo: "¡Amigos, se debe a que la tierra es redonda!" Merezco el Premio Nobel.

Si me llega la intuición de que es esférica, en lugar de redonda y plana, tendré que viajar en otra dirección, esta vez hacia el norte, y experimentar lo que ocurre entonces y hacer otra deducción intelectual.

Este modelo es, en mi opinión, más o menos razonable o aceptable. Simplemente delinea un proceso.

El principal problema asociado, tal como lo veo, es que lo que está allí para ser revelado, es decir, la suma de la inteligencia, está en expansión, como el universo mismo, a la velocidad de la luz, digamos que a 671 millones de millas por hora, en

comparación con mi avión que vuela a 671 millas por hora. Y todo eso tiene que ser interpretado, racionalizado, por un cerebro del que sólo usamos un 15 % como mucho, y que, como en mi caso, está perdiendo su capacidad analítica rápidamente. A esto se le llama senilidad.

En el modelo cartesiano, donde el intelecto es lo más importante, ¡estaría condenado! Y presumiblemente también lo estarían mis clientes y alumnos conforme me hundo más y más en la senilidad. ¡Una perspectiva general bastante insatisfactoria!

Esto, evidentemente, es el sufrimiento, la insatisfacción de la que hablan los budistas. Por suerte, no está en mi naturaleza estar abatido mucho tiempo. Echemos otro vistazo a las palabras del título de la conferencia para ver si no hay algún modo, algún camino, hacia el alivio de ese sufrimiento, y contemplemos qué es y cómo trabajar con él.

Revelación: el acto o experiencia de revelar: aquello que es revelado: una apertura; una experiencia iluminativa; comunicación divina o sobrenatural.

Supongamos, entonces, que reconozco la limitación de mi cerebro, su naturaleza menos que absoluta, y que acepto la experiencia iluminatoria, es decir, lo que entra en mi conciencia, o revelación, sin analizarlo. Simplemente lo acepto como es, una experiencia, del mismo modo que acepto el color azul sin analizarlo. Entonces, tal vez, si mi cerebro estuviera suficientemente vacío para recibirlo, sin el análisis que une unas cosas a otras, recibiría la experiencia de iluminación a la que se refiere el diccionario. Iluminación en el sentido de arrojar luz sobre, o revelar, lo que está ahí en este momento.

Inteligencia: conocimiento: información comunicada.

Supongamos que sólo recibo el conocimiento o información comunicada, sin analizar eso. Lo que es comunicado es todo lo que existe, lo recibido depende, al menos parcialmente, de la claridad de la vasija receptora, en mi caso yo mismo: mi presencia, mi conciencia. Mi conciencia dependerá en gran medida de hasta qué punto he compostado mi experiencia de vida, no de cuántos datos he incorporado a bordo. Compostar, me encanta esta imagen, es lo que me permite estar abierto y en el presente. Si no estoy en el presente, siempre soy víctima de otros y de otros escenarios.

¿Dónde deja esto al intelecto?

Fuera de la respuesta. Y, temporalmente, fuera de la ecuación. La revelación sería recibida en una conciencia no-analítica, no-enjuiciadora. Y el intelecto, temiendo resultar superfluo, podría muy bien saltar de su superioridad dominante, masculina, intolerante, y entrar en práctica compartida con la intuición, el sentimiento y la sensación, los otros cuadrantes de la psique que Jung postuló en el camino de individuación. Traducido de manera aproximada, podríamos convertirnos en un ser humano total; suponiendo, por supuesto, que haya un modo de incluir al intelecto. Una de las cosas más interesantes que estoy aprendiendo, es que no hay totalidad en la exclusión.

Quiero dejar las cosas claras y repetir que no estoy abogando de ningún modo por el abandono del intelecto. Es una herramienta tremendamente valiosa. Lo que digo es que

en último término no es quien yo soy. Uno de los peligros del mundo postcartesiano es empezar a creer que lo soy.

Uno de los resultados de estar en este espacio impoluto sería que mi verdadero ser, a diferencia del ego cobarde, defensivo y enjuiciante, podría, como sugiere el modelo jungiano que sería deseable, estar en práctica compartida con el yo que creo ser, la forma en que me he convertido, y entonces podría surgir una sinergia.

Ahora bien, ¿dónde estamos? Veamos.

Han surgido algunas preguntas:

1. El intelecto acostumbra a aparecer. Entonces, ¿qué haré con las revelaciones que puedan surgir?
2. ¿Tenemos que hacer algo juntos la quietud y yo?
3. ¿Qué se hará y quién lo hará?
4. ¿Cómo sabré/analizaré lo que se ha hecho?
5. ¿Será bueno o malo, y cómo lo sabré?

Estos, entre otros, son los puntos que me propongo abordar en el resto de la charla, bien directamente o por inferencia. En algún momento es posible que trate de hacer que esto sea relevante para la terapia/curación, y tal vez diga qué tiene todo esto que ver con la Terapia Craneosacral, que pretendo enseñar y practicar.

Definiré varios radios de la rueda y trataré de referirlos al punto central, en torno al cual todos ellos se mueven, y a ese punto central le daré el nombre de Espíritu. El Espíritu tiene muchos nombres, algunos específicos de cierto modelo o tradición, pero todo ellos son manchas oscuras sobre una hoja de papel y meros conceptos intelectuales, a no ser que sean una experiencia sentida.

Espíritu. Su primera definición, según el mismo diccionario, es principio vital. Aquello que es la fuente de vida. El título de esta conferencia "El Aliento de Vida", me habla del Espíritu. Hablemos del Espíritu como aquello que subyace a toda forma y de lo que toda forma deriva, y al entender esto, démonos cuenta de que el cuerpo, la mente, los sentimientos, pensamientos, deseos, e incluso el nacimiento, la muerte y el concepto y la realidad de la reencarnación son, todos ellos, forma. Todos ellos surgen del Espíritu.

Cuando hablamos del Espíritu, deberíamos hablar de eso que es común a todos nosotros más que de lo que nos diferencia. Tal vez sea esto la fuente de muchos de los problemas que nos rodean. Se hace hincapié en la diferencia. Mi estilo de vida, mis ideas, mi ciencia, mi comprensión y mi religión, incluso mi compasión, es mejor que la tuya. Esto puede ser así a nivel del pensamiento y el sentimiento, pero, ¿cómo podría ser así al nivel del Espíritu informe? ¿No deberíamos prestar más atención a lo que tenemos en común que a nuestras diferencias? Quizá eso sería más útil.

Tal vez si recordáramos nuestra herencia con más claridad, el hecho de que venimos a ser a partir de un conjunto de condiciones que en sí mismas no son fijas. Cuando están presentes las condiciones apropiadas, surge la forma, y cuando desaparecen las condiciones adecuadas, la forma cambia. Y quiénes somos realmente debajo de todas estas capas y capas de experiencia de vida no-digerida —de las que llegamos a pensar que son lo que somos— también es totalmente impermanente, entonces deberíamos poder ver con más claridad, y no reaccionar tanto ante nuestra incapacidad. Respondemos a las situaciones desde una serie de hábitos. No a partir de una conciencia clara de lo que hay allí, sino que generalmente hago esto porque hice lo otro. La noche sigue al día, como decimos. Según mi personalidad, eso que me hace diferente, respondo de tal o cual manera.

Si pensamos en ello, esto significa que nunca estoy verdaderamente presente. A veces reacciono al pasado, a veces al futuro. ¿Reacciono al futuro? Sí, claro, no hemos pensado todos en un momento u otro que estaré bien cuando encuentre un trabajo mejor, o simplemente un trabajo, cuando encuentre a un hombre o a una mujer buena, cuando pueda costearme mi propia casa... o cualquier otra cosa. Muy pocas veces somos capaces de estar verdaderamente presentes, y sin embargo ahí es donde está el Espíritu, en el ahora omnipresente, inminente, no en algún otro lugar, no ascendiendo alguna escalera que debemos subir.

Estamos llegando al punto crucial. El Espíritu está aquí y ahora, en todos nosotros. Nosotros estamos aquí porque el Espíritu ha encarnado. ¿Cómo vamos a integrar y mantener esta conciencia?

Si el Espíritu no está sujeto al intelecto y, como explicaré, eso no tendría sentido, entonces lo que queda no es el objeto, algo que debo ir a buscar, sino el Sujeto, lo que yo soy. Es mi naturaleza, que permanece oculta bajo esas capas.

El Espíritu, por tanto, es común a todos nosotros. Es la gran comunalidad de la que todo surge y a la que todo vuelve —ad infinitum— no hay nada que no sea Espíritu a un nivel, y ninguna cosa puede dejar de ser Espíritu a otro nivel. Es lo que soy cuando dejo de ser otro.

Ahora tengo que tomar una respiración profunda y hablar de niveles.

Habitualmente hay tres niveles que designamos como Cuerpo, Mente y Espíritu. La mayoría de la gente está de acuerdo en que hay cierta jerarquía, en el sentido de que, como nos informa la física, lo muy denso puede ser penetrado por lo menos denso, de modo que el cuerpo puede ser penetrado por la mente —piénsalo— y el Espíritu puede interpenetrar la mente. Nadie, que yo sepa, sugiere que lo denso pueda interpenetrar en lo sutil. Dicho de manera más simple, el nivel del cuerpo es el de la materia sólida, los tejidos, la sangre, los huesos, etc. El nivel de la mente es el de los pensamientos, sentimientos, emociones, etc. El nivel del Espíritu es más difícil de definir pues, en esencia, definimos en el nivel de la mente, pero hablemos tentativamente de la conciencia directa o intuición no filtrada por el juicio.

Ken Wilber, que probablemente es quien más ha hecho por traer el Espíritu a la órbita del intelecto, describe cuatro niveles. Mente, Cuerpo, Alma y Espíritu, y los divide en cuatro cuadrantes.

No obstante, y en esto están de acuerdo muchas autoridades, tanto en su modelo como en los demás sólo hay un Espíritu. No tu Espíritu ni mi Espíritu, sino el Espíritu: eso que se expresa a través de todas las formas.

Pensar, sentir, comer, beber, el cuerpo, la mente, las emociones, los bebés, la gente mayor, la gente sana y los enfermos con sus heridas supurantes y juanetes, son manifestaciones del Espíritu. Podemos equivocarnos gravemente cuando decimos que el Espíritu está contenido en este o en ese documento, o esta o la otra Iglesia o Templo. No puede ser contenido; es el substrato absoluto.

Si continúo correctamente con mi argumento anterior, entonces el Espíritu, que se manifiesta como forma en todas y cada una de las cosas, no puede ser un objeto. Es el sujeto. Se manifiesta y sigue siendo sí mismo. No es un objeto que ha dejado de ser él mismo. Simplemente se manifiesta en una miríada de formas.

San Agustín dijo: La materia era informe hasta que recibió su forma. Incluyo esta cita en parte porque estoy de acuerdo con ella, y en parte para provocar a algunos amigos que podían estar esperando una cita budista.

Y si el Espíritu es el sujeto, cómo puedo contactar con él sin convertirlo en un objeto, ya que no lo es. La respuesta es muy simple, bueno, más o menos simple. No puedo contactar con él, pero puedo, de algún modo, convertirme en él. Ser consciente de quien verdaderamente soy, en mi esencia, dentro de mis contracciones personales y separadas, que he llegado a considerar como yo mismo.

Ahora podemos volver al párrafo anterior en el que hablaba de niveles. El Espíritu es. Yo soy. Como soy más denso, no puedo penetrar y conocer el Espíritu. El Espíritu siendo más fino, penetra o, más bien, viene a tomar forma, entre otras revelaciones, como lo que mi limitada experiencia de vida me dice que soy yo. Yo trato de ser el sujeto y creo objetos hasta el punto de intentar crear lo informe y darme de bruces con una muralla semántica.

Todos los objetos vienen y van, ¿cierto? A algunos les cuesta más irse que a otros. El Everest, el planeta, mi vecino que toca rock and roll... antes o después, todos ellos se irán, y eso es lo que todas las cosas, y pensamientos y sentimientos, tienen en común. ¡Todos se van! Yo también me iré, no sé cuándo, quizá ya he sobrepasado mi fecha de caducidad, pero en cualquier caso me iré. Y eso es lo más importante, cualquier cosa que haya venido a la forma como yo, vendrá a la forma como alguna otra cosa, antes o después. Cuando las condiciones sustenten otra forma, habrá otra forma. No hay principio ni final. No hay causa, sólo revelación.

No puedo dejar de reírme de mí mismo por intentar ser lógico. No es lo que mejor me sale, y creo que en el modelo de Jung probablemente soy un intuitivo, al menos eso es lo que intuyo, pero debo intentar racionalizar para no quedarme desequilibrado.

Mi lógica me dice que cuanto más puedo objetivar todas las cosas, incluyéndome a mí mismo, más cerca estoy de lo inexpresado, de lo no-dual, de eso de lo que surgen todos los objetos: el sujeto.

Adonde quiero llegar es que, si todo es, en cierto sentido, no concreto e impermanente, incluyéndome a mí mismo, entonces también es impermanente la incapacidad, la enfermedad, el sufrimiento y la inquietud. Si esto es así, entonces, ¿qué herramienta voy a emplear para sentir alivio?

Pacientemente, mi intelecto, no sólo impermanente sino también limitado, sólo puede dar una respuesta parcial. Es decir, a menos que declare ser omnisciente y saberlo todo. Lo mejor que puedo hacer en esta forma es tomar mis limitados conocimientos y aplicarlos a mi limitada evaluación, llamarla diagnóstico, y esperar un resultado parcialmente benéfico.

Nuevas reflexiones en torno a este pensamiento me llevan a tomar conciencia de que, a menudo, ni siquiera el cliente sabe la causa de su problema. Esto complica el problema.

Sin embargo, esto es algo con lo que trabajamos continuamente, ¿cierto? Estamos condicionados, creo, a pensar que ésta es la única manera de proceder.

Actualmente tengo un punto de vista ligeramente diferente que, si bien no es un absoluto, lo ofrezco como invitación a considerar que es posible examinar las cosas desde otra perspectiva.

Siguiendo el modelo de Groucho Marx, que dijo una vez: "Nunca ingresaría en un club que me aceptase como miembro", tengo mucho cuidado de quién trastea con mi sufrimiento. Con mi sensación de insatisfacción, que, según observo, también es impermanente. A veces, de hecho, todo es perfectamente satisfactorio.

Supongamos que simplemente me quito del medio: yo, como individuo, cambiando de objeto, y dejo que el Espíritu o la Inteligencia, como opuesto al intelecto, se reforme, ajuste su estructura tal como tiene que ser y tal como sucedía hasta que mis diversas experiencias de vida mal digeridas se interpusieron en el camino. Sería superinteligente dejar que la inteligencia hiciera el trabajo en lugar de confiar únicamente en mi intelecto y en mi conocimiento parcial.

Tal como lo veo, eso abriría la posibilidad del renacimiento, ahora mismo, en el presente, en una forma que ya no estaría modificada por mi experiencia de vida sin digerir. Creo, y hasta cierto punto tengo la experiencia, de que el renacimiento no es lo que ocurre cuando me caigo de mi rama, sino, más bien, combinándolo con mi conciencia, lo que está pasando ahora mismo, en el presente.