

IV. La experiencia de Dios en la totalidad de la persona del monje y su expresividad corporal

EXPERIENCIA DE DIOS EN LA EXPERIENCIA RELIGIOSA ORIENTAL¹²²

Alrededor de cinco siglos antes del nacimiento de Cristo, el mundo oriental despertó a una profunda experiencia de Dios, o más bien de una Realidad absoluta, infinita, trascendente, que fue conocida, según modos diversos, como Brahma o Atman o Nirvana o Tao, que estaba destinada a modelar la vida religiosa de Oriente durante todos los siglos sucesivos. En su profundidad e intensidad esta experiencia sólo puede ser comparada con la experiencia de Dios en Israel, que tuvo lugar casi al mismo tiempo y que estaba destinada a modelar la vida religiosa no sólo de Israel sino también del Cristianismo y del Islam. Estas dos tradiciones religiosas, la Oriental y la Semítica, con frecuencia parecieron estar en oposición violenta, una a otra, pero un estudio más profundo revela que son esencialmente complementarias y en el tiempo presente, es una de las tareas principales de la Iglesia llegar a una comprensión de esta tradición oriental e integrar sus percepciones religiosas en su propia tradición.

Para tratar adecuadamente este tema, sería necesario estudiar la experiencia de Dios, o del Absoluto, no solamente en el Hinduísmo sino también en el Budismo y en el Taoísmo, pero como hay una semejanza básica en esta experiencia y el tiempo a nuestra disposición es estrictamente limitado, reduciremos nuestra atención al Hinduísmo y dentro del Hinduísmo, al sistema clásico del Yoga, en el cual la naturaleza de esta experiencia y el método por el cual puede ser alcanzada ha sido reducido a un delicado arte. Se puede añadir que este sistema de Yoga es básicamente el mismo en el Budismo y en el Taoísmo de modo que lo que se dice del Hinduísmo concernirá a la tradición oriental total.

La experiencia hindú de Dios, que tomó forma en los Upanishads, era esencialmente el descubrimiento de que bajo todas las formas externas de la naturaleza hay una Realidad, absoluta, infinita, trascendente, que era conocida como Brahma. Al mismo tiempo se descubrió que bajo todos los fenómenos del consciente humano, más allá, no solamente del sentido sino también del pensamiento, está el Yo, uno, absoluto, trascendente, el Atman, y se declaraba que este Yo, fundamento de toda conciencia, es uno con Brahma fundamento del Ser. Esto se expresa en la gran sentencia de los Upanishads: "Tú eres Eso". Tú, el yo en su fundamento trascendente, eres uno con Eso, el fundamento trascendente del universo. Ahora bien, esta afirmación no es un asunto de especulación filosófica sino de experiencia religiosa.

El Yo es conocido, no por abstracción o por algún método filosófico, sino por experiencia directa más allá del sentido y de la razón, en el fundamento o centro del alma. El alma se conoce a sí misma por intuición directa, en su propio fundamento, como siendo una con el fundamento de todo ser y esta experiencia de ser en pura conciencia, es la de una absoluta beatitud.

Tal es, en su esbozo más simple, la experiencia original Hindú de Dios, como "*saccidanda*": Ser-Conocimiento-Beatitud, que sustenta toda la religión Hindú posterior. Se puede decir que es una experiencia de Dios, la Realidad Trascendente una, en su inmanencia en la naturaleza y en el alma. Esta experiencia era el resultado de ciertas prácticas ascéticas de parte de los "videntes" o *rishis*, quienes se retiraban a la soledad, para meditar en los bosques, y con el correr del tiempo se desarrolló una ciencia completa sobre el arte de la meditación que vino a ser conocida como "Yoga".

¹²² Tradujo: Hna. María Luisa Storni, osb. Abadía de Santa Escolástica Victoria (Buenos Aires - Argentina).

La palabra “Yoga” y la palabra “yugo” (en inglés *yoke*), derivan de la misma raíz y su sentido esencial es “unir”. Se consideraba al Yoga como el arte de la “unificación” de la naturaleza humana, primero del ser humano en sí mismo, después, cuando esto se realizaba en su significado más profundo, del ser humano con el divino y finalmente del ser humano con el cosmos –del microcosmos dentro del macrocosmos–. Fundamentalmente, el Yoga es considerado como una tentativa para restaurar al hombre a su estado original del Paraíso en el cual el hombre se encuentra en armonía consigo, con la naturaleza y con Dios.

En sus primeras etapas esta unificación era considerada bajo los términos de una ruptura con nuestro estado actual “caído”, de sujeción al cuerpo y al mundo material. Tiene que haber una “muerte” al estado presente de “pecado” e “ignorancia” y un renacer a un estado nuevo, en el cual el hombre trasciende las limitaciones de este mundo y alcanza la inmortalidad. En el sistema Yoga de Patanjali esto se concibe en términos de la separación de *Purusha*, que es Espíritu puro o Conciencia, de *Prakriti*, el principio de cambio y de transformación, que sustenta todo el mundo de la naturaleza. El fin del Yoga se define como “*citta vritti nirodha*”, el “cese de los movimientos de la mente”. El propósito del Yoga es pues, romper el movimiento del pensamiento que deriva de la “naturaleza” y conducir la mente al reposo, para que el alma pueda descubrir su propia profundidad de conocimiento espiritual.

Por consiguiente, el Yoga tiende en primer lugar a separar el cuerpo y los sentidos de la mente, para que ésta repose en la pura tranquilidad en su propia profundidad espiritual, liberada del cuerpo y del mundo del cambio y de la corrupción.

En todo el pensamiento oriental hay una tendencia a permanecer satisfecho con este tipo de separación del mundo y buscar un estado de pura trascendencia en el cual el alma permanece intocada por la materia o el tiempo en un absoluto conocimiento de sí. Pero, a través de la historia, esta tendencia ha sido corregida por otra corriente de pensamiento que busca relacionar al hombre positivamente, tanto con la naturaleza como con Dios. Para el Hinduísmo, el momento decisivo a este respecto vino con el Bhagavad Gita. El propósito fundamental del Gita es enseñar que el hombre puede alcanzar el estado supremo, no solamente por un ascético retiro del mundo, sino también por el camino de las obras o “Yoga Karma”. Si el dueño de casa, llevando su vida en el mundo, ofrece todas las acciones de su vida como un “sacrificio”, no buscando el fruto de los trabajos sino entregándolos a Dios, puede entonces, alcanzar el mismo estado de perfección que el asceta que renuncia al mundo. La esencia de este estado es el desprendimiento. Consiste, no tanto en un apartarse del cuerpo y de los sentidos, como del “ego”. El “ego” con sus apetitos y pasiones y deseos, adherido a su propia voluntad y buscando sus propios intereses egoístas, es el verdadero enemigo del alma. Cuando este apego al “ego” ha sido apartado y el alma sometida a Dios, entonces, alcanza la tranquilidad perfecta, “se arraiga en la sabiduría” y es una con Brahma.

El ideal del Gita no es, pues, la renuncia a la acción para alcanzar un estado de contemplación pura, sino, más bien, la aceptación del propio deber con un espíritu de desprendimiento ofreciendo cada acción a Dios como un sacrificio. De esta manera, se sostiene que el alma ya no está más sometida a la “naturaleza” sino sometida al Yo superior, el Atman y actúa libre y espontáneamente desde este principio interior del ser. Pero, en el Bhagavad Gita, este principio interior, este Yo, no es considerado solamente como el fundamento del Ser y de la Conciencia, sino como un ser personal, como Dios. Es en este punto, cuando comienza a emerger en el Hinduísmo, un teísmo genuino. El Yo supremo, el Brahma, es reconocido como la “Persona Altísima”, el Señor que sustenta el universo y lo gobierna por su providencia. Es objeto de amor y culto y él mismo declara que “ama” a sus devotos. Así, mientras que en el Yoga de Patanjali, el Dios personal tiene poca importancia y se concibe sólo como un medio para la propia realización, en el Bhagavad Gita toma el lugar más alto y la devoción hacia él (*bhakti*) es considerado como el medio supremo para la iluminación y la salvación.

En esta nueva perspectiva del yoga *bhakti*, la meta de la vida no es ya la separación del mundo y de la carne, sino la entrega a la voluntad de un Dios personal. El yogi perfecto no es el que está absorto en la contemplación solitaria y ha pasado más allá de los límites de este mundo, sino, quien ha alcanzado

su plenitud personal en relación con los demás. “Es intrépido y puro de corazón, constante en el ejercicio de la sabiduría, generoso y moderado, sacrificado, es asiduo en el estudio de los escritos santos, ascético y recto, no lastima a nadie, es veraz, libre de ira, renuncia a todo, está en paz, es contrario a la calumnia, compasivo con todos los seres, libre de gula, amable, modesto, nunca inconstante, paciente, sufrido, puro, no es traicionero ni arrogante”.

Finalmente, hay en el Gita otro elemento que transforma aún más la concepción del Yoga, esto es, la idea de la gracia. Mientras que el Yoga había sido una disciplina ascética que llevaba a un estado de contemplación pura, a través del control del cuerpo y de la mente y en el cual el esfuerzo humano era prácticamente todo y la acción de Dios insignificante, ahora, es la gracia de Dios la que tiene importancia suprema. “Que él haga ahora toda clase de trabajos –dice Krishna– poniendo en Mí su confianza, porque por mi gracia alcanzará el eterno estado inmutable”.

Con el correr del tiempo esta idea de la gracia será adecuadamente desarrollada, hasta que el abandono total del alma a Dios, por el cual Él hace todo y el alma sólo tiene que abandonarse pasivamente en sus manos, llegó a ser uno de los temas principales de la espiritualidad Hindú.

De esta manera, la idea de un Dios personal, cuya providencia se extiende sobre todo el mundo, y que por su gracia libra a las almas del pecado y de la ignorancia, para llevarlas a participar de su propia beatitud, penetra en la corriente principal del pensamiento Hindú. Al mismo tiempo, se cree que este Dios se manifiesta al mundo por su “encarnación” o “*dharmā*”. Es verdad que, ni Krishna ni Rama, que es considerada como otra encarnación de Dios, son totalmente humanos. Ambos son héroes legendarios de poemas épicos y el énfasis se pone sobre su naturaleza divina que tiende a absorber la humana. Pero, una vez que se introdujo la idea de una “encarnación” de Dios que aparece en forma humana, fue inevitable que aumentara el énfasis sobre los valores humanos. Esto lo podemos ver en el desarrollo del Tantrismo que tuvo lugar alrededor del siglo VI después de Cristo.

La base del Tantrismo es una perspectiva sacramental del universo. Mientras que en las primeras etapas del Yoga, la intención había sido separar *Purusha* de *Pakrité*, el Espíritu de la naturaleza, ahora la misma naturaleza, la *Shakti*, o poder femenino de Dios, es concebido como agente de liberación y el cuerpo es la esfera de su actividad. Se debe recordar que hasta en el Yoga de Patanjali, asana y prayanama, la posición del cuerpo y el control de la respiración habían sido siempre elementos esenciales en la práctica del Yoga. Pero, en el Hatha Yoga, como se lo llama, esta disciplina del cuerpo llega a ser lo único importante. Es a través del cuerpo que se busca la liberación y la meta final es la transformación del cuerpo para que llegue a ser un cuerpo espiritual o “*diamantino*” (*diomona*). El Hatha Yoga es, con frecuencia, considerado como un mero sistema de ejercicios físicos que tienden a la salud y a la disciplina del cuerpo, o si no, como un método para obtener “poderes” extraordinarios, como la levitación o el caminar sobre las aguas o ser capaz de que lo entierren vivo, todo lo cual está atestiguado de distintas maneras. Pero, en realidad, tiene una finalidad mucho más profunda. Su propósito es nada menos que la transformación del cuerpo por el Espíritu. En su forma más desarrollada, conocida como Kundalini Yoga, se concibe al poder divino enroscado como una serpiente en la base de la espina dorsal. Este poder, o *Shakti*, tiene que ser conducido a través de los varios “*chakras*” o centros psíquicos del cuerpo, desde la base de la espina dorsal hasta la coronilla de la cabeza. Cuando esto se obtiene, se cree que “*Shakti*”, el poder femenino de la naturaleza, se une con “*Siva*”, el poder masculino del Espíritu o Conciencia y tiene lugar una transformación total del ser humano. Esta transformación no es solamente física sino también psicológica, de modo que tanto el cuerpo como el alma son reintegrados en un modo nuevo de existencia, en el cual ellos participan en la vida y en la conciencia divinas.

Cuando preguntamos cuál es la relación de esta doctrina y práctica oriental con nuestra vida y pensamiento occidentales, pienso que no se puede dudar que sus implicaciones son inmensas. Nuestros métodos occidentales de oración y meditación basados en la enseñanza de los Padres, que han llegado hasta nosotros a través de la Regla de san Benito, tienen un profundo fundamento sobrenatural, pero sus bases naturales, esto es, sus bases físicas y psicológicas, son extremadamente débiles. No se ha prestado casi ninguna atención a la actitud del cuerpo en la oración, que es de una

importancia fundamental. El método del Yoga enseña a sentarse en una actitud para la oración, que es al mismo tiempo “firme y agradable”. Esto es, debe ser tan firme que uno pueda sentarse durante tres horas sin moverse y al mismo tiempo sin experimentar ninguna molestia. Esta actitud firme y estable del cuerpo debe estar acompañada por una respiración lenta y regular. Esto sirve, no sólo para estabilizar el cuerpo, sino para controlar la mente. Produce una “armonía” del cuerpo y del alma que es la mejor disposición posible para la oración y la meditación.

La ciencia del Yoga no enseña sólo un detallado control de los movimientos del cuerpo, sino que provee también un profundo análisis psicológico de los movimientos de la mente. En el transcurso de la meditación es necesario llevar los pensamientos a su fuente original. Cada movimiento en la superficie de la mente tiene que ser controlado y conducido a su fundamento original en las profundidades del alma. Esto es análogo al método de oración oriental ortodoxo que procura “llevar los pensamientos de la cabeza al corazón y mantenerlos allí” y debe decirse que este método oriental de la “oración del corazón” es lo más aproximado en Occidente al método oriental de oración. Pero, aunque el análisis cristiano de los motivos morales y su control es quizá más profundo que ningún otro, su análisis del proceso mental lo es mucho menos.

Sin embargo, los mayores valores de la espiritualidad oriental no se encuentran en la esfera del análisis y del control físico o psicológico. El Oriente tiene más que enseñarnos en cuanto a la penetración de la mente más allá del nivel físico y psicológico hasta el fundamento del Espíritu, hasta el encuentro esencial con Dios. En Occidente, tenemos una tradición maravillosa de oración contemplativa y mística, pero se ha llegado a ella, casi enteramente, confiando en la gracia divina y no se ha elaborado ningún método preciso para permitir al alma alcanzar este estado. En el Oriente, desde los primeros tiempos se han hecho todos los esfuerzos para pasar más allá del nivel de los sentidos y de la razón y llegar al centro o fundamento del alma, donde se encuentra en contacto directo, con la fuente esencial del ser. Esto se hace aprendiendo a apaciguar la mente, permitiendo que cesen todos los movimientos del intelecto discursivo, concentrándola en un único punto para que llegue a estar totalmente recogida en sí. Una gran ayuda para esto es el uso del “*japa*”, la repetición del nombre divino, como en la oración de Jesús, que tiene el efecto tanto de apaciguar el intelecto discursivo como el de concentrarlo en la realidad trascendente. Cuando se alcanza este grado, el alma está concentrada en sí, sin distracción y liberada de todos los impedimentos de la mente y de los sentidos.

Es en este estado de recogimiento total, al estar el cuerpo y la mente en armonía y el espíritu en reposo, que el alma se abre perfectamente a la acción de Dios. En este punto hay una transición del orden natural al sobrenatural. Algo interviene que no es de este mundo. Ya se trate del Tao chino, del Nirvana Budista o del Atma Hindú, hay una experiencia de trascendencia absoluta, tanto que no hay palabras que puedan expresar lo que sucede. Este es el punto en que, en la oración cristiana, interviene la acción del Espíritu Santo. Todas estas técnicas del Yoga, físicas, psicológicas y espirituales deberían mirarse como medios de preparación para la libre acción del Espíritu Santo que tiene que tomar posesión del alma.

De acuerdo con la enseñanza de santo Tomás, en el estado de contemplación, los dones del Espíritu Santo son los que toman el control. El alma es pasiva bajo la acción del Espíritu, “*patiens divina*” como él dice. Este es el estado para el cual todos los métodos orientales de oración y meditación, son una preparación. El alma tiene que llegar a ser completamente pasiva bajo la acción divina, para que podamos decir: “Ya no vivo yo, es Cristo quien vive en mí”.

Ahora bien, este estado de contemplación, entendido en el sentido de que el cuerpo y el alma son puestos bajo el control del Espíritu Santo, de modo que no actuamos por nosotros mismos, sino por la acción del Espíritu de Cristo en nosotros, es el fin o la meta de toda vida monástica y, en realidad, de toda vida cristiana. Pero el monje ha dedicado su vida a la realización de esta meta, de modo que, comparada con ella, ninguna otra cosa es digna de consideración. En nuestra búsqueda de este fin debemos unirnos a nuestros hermanos de la tradición monástica oriental que están comprometidos en una búsqueda semejante.

Hoy en el mundo, la gente joven busca en todas partes una nueva comprensión y una nueva experiencia de Dios. Realidad infinita. Muchos de ellos van ahora a los *ashrams* hindúes y a los monasterios budistas donde pueden aprender métodos de meditación y de control de la mente y del cuerpo, que creen los pueden llevar a esta meta de una percepción de Dios. Un monasterio cristiano, ciertamente debería ser un lugar donde pueda encontrarse esta experiencia de Dios. Pero, para que esto ocurra, debemos aprender todo lo que la tradición oriental nos puede enseñar sobre los métodos de oración, de disciplina y de contemplación. Estamos viviendo en un momento de la historia en que la Iglesia por primera vez, inicia un encuentro serio con esta tradición oriental, un momento que puede ser tan decisivo en la historia de la Iglesia como el encuentro con la tradición filosófica y espiritual griega. Pero, ya que la tradición oriental es esencialmente una tradición mística, una tradición que no busca un conocimiento de Dios abstracto y teórico, sino una experiencia directa de la realidad divina en las profundidades del alma, es seguramente en la orden monástica, dedicada desde sus comienzos a la búsqueda de Dios, donde debería primariamente realizarse este encuentro con la tradición oriental.

Para esto necesitamos abrirnos totalmente a lo que el Espíritu Santo nos está diciendo a través de las religiones de Oriente.

*Saccidananda Ashram. Shantivanam
Tannirpalli P.O. Kulittalai
Tiruchi District - India del Sur*