

Todos los reinos palpitan en ti

Mensajes y metáforas de la evolución

Patricia May Urzúa

*Todos los reinos
palpitan en ti*

Mensajes y metáforas de la evolución

grijalbo

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las condiciones establecidas por las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamos públicos.

Todos los reinos palpitan en ti
© Patricia May Urzúa
© 2001 Editorial Grijalbo S.A.
Almirante Barroso 27, Santiago de Chile

Primera edición: junio de 2001
I.S.B.N.: 956-258-119-5
Inscripción en el Registro de Propiedad Intelectual: 120.079

Diseño de portada: Carola Undurraga
Corrección de textos: Adriana Valenzuela P.
Diagramación y composición: Gloria Barrios

Impreso en Chile / Printed in Chile

*A Sergio,
por todo*

ÍNDICE

PRÓLOGO.....	11
EVOLUCIÓN Y SENTIDO DE VIDA	
Capítulo 1	
Sentido, cosmovisión y vida cotidiana.....	23
MENSAJES Y METÁFORAS DE LA EVOLUCIÓN	
Capítulo 2	
El concierto cósmico.....	47
Capítulo 3	
El sendero de la naturaleza	95
EVOLUCIÓN DE LA CONCIENCIA HUMANA	
Capítulo 4	
La autoconciencia y el ego.....	155
Capítulo 5	
La conciencia sistémica y el alma.....	201
Capítulo 6	
La conciencia holística y el espíritu	231
A MODO DE EPÍLOGO.....	237
BIBLIOGRAFÍA ASOCIADA.....	241

PRÓLOGO

Este libro nace de la reflexión acerca de nuestro origen, proceso y sentido, de la necesidad personal de responderme la razón del vivir y de comprender, desde una visión amplia de dónde venimos, quiénes somos y hacia dónde vamos.

Fue esta inquietud la que me llevó a estudiar antropología en la universidad y luego, a comprometerme en estudios filosóficos y en la práctica de los caminos propuestos por las distintas tradiciones espirituales del mundo.

En 20 años de elaboración a través de talleres y clases de estos temas me he ido encontrando con las preguntas que yo y otros nos hacemos y de las inquietudes y desafíos que ellos representan para nuestra vida personal.

Una y otra vez, ha aparecido la necesidad de las personas de que el conocimiento se transforme en algo vivo, actuante en lo cotidiano y

no sólo en información para ser archivada en alguna parte del intelecto.

En los talleres de evolución y sentido de vida, así como en aquellos acerca de tradiciones filosóficas y espirituales, me he encontrado siempre con esta piedra de tope. ¿Cómo hago esto yo, en lo práctico, en mi vida?

Estamos sobresaturados de conocimiento, pero necesitamos simplificarlo, hacerlo pan y vida, traerlo al corazón. Tenemos mucha información, pero sabemos muy poco. Quizás bastaría con comprender en profundidad el proceso que lleva del invierno, a la primavera, al verano, al otoño retornando al invierno para vivir más sabiamente nuestras propias estaciones; o comprender el proceso a través del cual rompe la semilla la cáscara al nacer, para comprender nuestros propios nacimientos y dolores de parto.

En este intento es que he trabajado personalmente y con grupos. Cómo traer el conocimiento a lo práctico, cómo depositarlo en nuestras manos para que no siga quedando como letra muerta, cómo transformarnos nosotros mismos en pensamiento, sentimiento y acción en aquello que pregonamos.

He tenido el privilegio de compartir esto con muchas personas, de todas edades, condiciones y sexo.

Los cuestionamientos, los obstáculos, los descubrimientos y los logros personales y grupales que han surgido en estos encuentros han enriquecido el material de este libro.

Estoy profundamente agradecida a tantas personas con las que hemos abierto en confianza y sin juicios, el meollo de nuestras dudas, la maravilla del ampliar la conciencia, de aprender y experimentar el conocimiento y el gozo de compartir con otros nuestras más íntimas aspiraciones y razones para vivir. Hemos sido apoyo, los unos de los otros y, sobre todo, hemos practicado un modo de relación basado en la confianza y la aceptación del otro, en la alegría y en el trabajo personal y compartido por ser, en lo concreto, personas más amplias y comprometidas cotidianamente en la creación de un mundo mejor.

De la conjunción entre la comprensión del conocimiento y su concretización en la vida cotidiana es que nace este libro.

Aquí recorreremos la evolución del universo al ser humano, maravillándonos con la coherencia y la coordinación del proceso e intentando rescatar los mensajes de sabiduría que ésta contiene, abriéndonos a que éste nos transforme, aquí y ahora.

Partimos de la información científica, pero

sin temores nos abrimos a complementarla con la reflexión, los mitos y las metáforas que puedan brotar de ella para hacer de la evolución del cosmos algo nuestro, que toque a nuestra cotidianidad.

Tras la evolución de las formas, vemos la evolución de la conciencia, planteamos que más allá de que las moléculas evolucionen hacia las células, o de los minerales a los vegetales lo que está ocurriendo de fondo es que conciencias más amplias y sensibles entran a expresarse en el campo terrestre.

Esto abarca a la humanidad y planteamos que estamos ante un momento vital en la expansión de la conciencia humana, desde la autoconciencia, egocentrada, a la conciencia sistémica y evolutiva en que ya no predomina el ego, sino el alma, entendiéndola como el eje y centro integrador y sabio del ser humano.

En cuanto a la bibliografía consultada, ésta ha sido integrada a través de los años, evito las citas en favor de la fluidez del texto y aún cuando no hay referencias abiertas a muchos autores, la síntesis expresada aquí contiene lecturas varias.

En el sustrato básico está el pensamiento de Teilhard de Chardin que permitió abrirme a ver la evolución en su sentido psíquico y de conciencia,

unificando la perspectiva científica y espiritual. Además me abrió al sentido ético y al cambio de postura vital que implica hacerse cargo de que somos resultado de millones de años de evolución.

Agradezco a los profesores de la escuela de antropología de la Universidad de Chile, Don Juan Rivano, filósofo que nos inició en la lectura de MacLuhan y su idea de aldea global, Gilberto Sánchez, lingüista que nos hizo ver el lenguaje como un sistema clasificatorio de la realidad y Don Juan Munizaga, antropólogo físico que en su laboratorio de la U. de Chile nos enseñó evolución. Andrés Recasens quien nos abrió a la lectura de la sociología del conocimiento a través de Berger y Luckmann y, a la idea de que la realidad es construida socialmente, Mario Orellana quien nos mostró a Teilhard de Chardin, Michel Romieux quien nos mostró la dignidad de los pueblos indígenas.

A Alejandro M. quien me enseñó sobre la visión de las tradiciones espirituales.

Las lecturas y asistencia a seminarios con Humberto Maturana, han sido importantes para mí, su relativización del concepto de realidad y, en los últimos años, su apertura al amor como una fuerza biológica básica, la integración de lo afectivo

y sensual en sus planteamientos, su idea de que estamos en un momento vital en la apertura de un nuevo paradigma me hacen sentirme cerca de él.

Los planteamientos preclaros de la socióloga Cecilia Dockendorf acerca de la evolución hacia un nuevo paradigma, expresados en su libro y en una excelente entrevista de Cristián Warnken en su programa La belleza del pensar. Sumado a la acción concreta de la Guía para la Solidaridad.

El libro y video El viaje en el Uro Urama, de Hernán Dinamarca donde el autor hace una analogía entre la evolución del universo y el día según el paisaje y la percepción del día Aymara, además de una crítica al paradigma vigente y un análisis de los valores emergentes.

Jorge Estrella en su libro El Universo hoy donde en forma sintética entrega las principales posturas vigentes acerca del universo y su proceso.

La poesía, por su enfoque multifacético, intuitivo, metafórico y porque en una línea es capaz de sintetizar saberes en que el lenguaje lineal tarda textos completos, ha sido una fuente de inspiración fundamental para mí. Walt Whitman, Emerson, Vicente Huidobro, Emily Dickinson, la antigua poesía China, los poemas indígenas de América.

La lectura de la mitología Indígena Americana.

Los excelentes trabajos de Laurette Sejourné en relación al mito de Quetzalcoatl, y la simbología de Teotihuacán, de Carlos Milla en relación al conocimiento Andino.

Estoy agradecida a Carl Jung por la guía para mi proceso personal que ha sido su vida, sus libros y su clara visión sobre todo en lo referente al proceso de integración de la sombra y a su trabajo con sueños, así como lo referente al concepto de simultaneidad.

Los escritos de Carlos Castaneda me acercaron a la percepción de una "realidad aparte" y me abrieron los ojos a percibir el mundo frío y exento de magia en que se desenvuelve la mentalidad urbana occidental.

El Popol-Vuh, mitología del origen del universo Maya.

El Génesis Judeo-Cristiano.

La Mitología Sumeria y Védica que narran los orígenes de la humanidad entregan una perspectiva que en un lenguaje distinto, se acerca mucho a la de la astrofísica moderna.

Mircea Eliáde, y sus estudios de chamanismo, mitos americanos e historia de las creencias

Hay dos libros que están en el trasfondo de lo aquí escrito, el Tao Te Ching de Lao Tsé y los evangelios de Jesús, los aceptados oficialmente y algunos de los apócrifos, que reconozco como

dos influencias vitales y profundos en lo que hago, escribo, vivo.

El Bhagavad Gita, libro sagrado de la tradición Hindú, junto con los aforismos del Yoga de Patanjali que me han permitido ubicar la mente humana y su función en el contexto de lo sensorial y emocional.

Paramahansa Yogananda quien en un libro apasionante nos acerca a las experiencias místicas del hinduismo.

La biografía de Ramana Maharshi que narra sus experiencias en estados expandidos de conciencia.

Riane Eisler, quien en el Cáliz y la espada y luego en El placer sagrado revive el valor de las culturas matrísticas.

En los últimos años he abierto la puerta a las lecturas acerca de Nueva ciencia y nuevo paradigma a partir de Fritjof Capra, el Tao de la física, El punto Crucial, Sabiduría insólita que disfruté especialmente por su “mix” entre la experiencia humana y el saber.

Gregory Bateson por su búsqueda de la pauta que conecta y la idea del mundo natural expresando un principio mental. Su libro Mind and Nature y Pasos hacia una ecología de la mente.

Deepak Chopra a quien he leído y escuchado en

seminarios, me ha aportado la visión del conocimiento físico, cuántico y su relación con una nueva percepción del cuerpo y los sistemas de sanación.

Prygoggine y su apreciación del Caos como estado necesario para la construcción de nuevos órdenes.

David Bohm, y su concepto de implicado-desplegado que relaciono aquí con el momento inicial del cosmos.

Hubert Reeves con su cálida y comprensible visión del origen y evolución del universo.

Erwin Laszlo, físico, quien plantea la existencia de un campo de energías pensantes.

Rupert Sheldrake, quien habla de cómo trazamos campos mórficos.

Alan Watts y sus preclaras visiones de los estados de iluminación.

Ken Wilber y sus planteamientos sobre los estados de la evolución de la conciencia.

Los libros de Barbara Ann Brennan sobre los campos de energía que rodean al cuerpo.

Los estudios de la doctora Elisabeth Kübler-Ross sobre experiencias más allá de la muerte y su inspiradora vida en la asistencia y ayuda a las personas y niños en este trascendental paso.

EVOLUCIÓN Y SENTIDO
DE VIDA

CAPÍTULO 1

SENTIDO, COSMOVISIÓN Y VIDA COTIDIANA

EVOLUCIÓN Y SENTIDO

La búsqueda de sentido, de una razón profunda para vivir, de algo esencial que connote nuestro “estar en el mundo” es algo tan generalizado que podríamos decir que caracteriza al ser humano contemporáneo.

Es esta necesidad la que nos provoca a menudo esa sensación interna de insatisfacción, de vacío; ese “desasosiego” que nos lleva a una búsqueda permanente de “algo más”, algo que

nos diga que hay un motivo de fondo para vivir, un incentivo que trascienda a nuestras vidas personales y nos haga sentir que nuestra vida es significativa, se proyecta, aporta, sirve.

La idea de realización personal que tuvieron nuestros abuelos: el matrimonio, la familia, una posición económica, estabilidad, cumplir con preceptos religiosos para muchos seres humanos ya no es suficiente.

Tenemos acceso, como nunca en la historia de la humanidad, a interactuar con la diversidad de hechos, culturas, enfoques, visiones, valores mundiales y esto, que indudablemente representa un enriquecimiento y ampliación de la conciencia es, al mismo tiempo, sin un fondo ordenador, algo que nos deja confusos, sobreestimulados, en un caos donde ya no somos capaces de descifrar un sentido, algo que organice y nos devuelva la sensación, que muchos pueblos anteriores a nosotros tuvieron, de vivir en un “cosmos” en un todo armónico en el cual podamos ubicar la experiencia integrada a un sustrato de fondo que dé dirección a la vida.

Ya nada está claro, hay tantas opciones y tantos modos de vivir lo humano que parecemos haber perdido la brújula. Los valores y objetivos del

pasado ya no nos sirven y hemos quedado sin nada.

No poseemos, como en otros períodos una cultura que nos responda desde el nacer la razón del vivir.

En la Edad Media, por ejemplo, el tema de la salvación, de esta vida como un paso hacia otra, estaba tan claramente determinado que aquellos que se atrevían a cuestionarse eran marginados o eliminados. Sin embargo, probablemente para la gran mayoría era cómodo. La vida en la tierra tenía barandas claras, no había necesidad de preguntarse a cada momento sobre el rumbo a seguir, bastaba hollar la huella trazada por la religión y desplegar el rol que se nos había asignado desde nuestro nacimiento.

Cuando la cosmovisión medioeval entra en crisis y surgen otros pensamientos, otras maneras de ver por el contacto con otros mundos, Oriente, América que muestran que hay otras maneras de vivir la vida, el paradigma en el cual vivían se derrumba; es entonces, en la confusión, que surgen respuestas que llevarían a la humanidad a entrar en un nuevo mundo lleno de pujanza y creatividad: el renacimiento.

Algo semejante ocurre en el mundo contemporáneo, se han derrumbado las certezas, este

mundo escindido entre lo racional y lo afectivo, donde la ciencia por un lado, y la religión por el otro, lo tenían todo resuelto, se cae bajo el peso de su propia contradicción, un “mundo feliz” donde todo está controlado y donde nadie es feliz, en que los índices de la crisis alcanzan a la depresión infantil, a la delincuencia juvenil, a la violencia intrafamiliar, a la droga en el mundo laboral.

¿Qué tenemos sino un presente multiforme, lleno de contradicciones y luchas que bien podría llevarnos a la destrucción del planeta? ¿Qué es este momento y hacia dónde se desenvuelve?

No cabe duda, los árboles no nos están dejando ver el bosque.

Este es el caldo de cultivo necesario para gestar cambios, semejante a todos aquellos en que han surgido grandes expansiones de conciencia y virajes en la cosmovisión y el sentido.

La confusión lleva a la búsqueda y a la creatividad. En eso estamos como humanidad, buscando nuevos horizontes, nuevas razones para vivir, un significado más amplio, un “todo” que integre la multiplicidad de nuestras vidas en una esfera más abarcante que nos haga sentir que ésta cobra rumbo, pulso, que tras los múltiples latidos hay un solo corazón.

La idea de este libro es contactar con los ejes por los que transita la evolución, algunas de sus pautas y modos, ayudando a resituarnos en el presente de nuestras vidas con una perspectiva amplia que nos otorgue mayor claridad respecto del sendero que transita nuestro planeta y nosotros, como expresiones de él.

El universo como un holos, una totalidad en que las regularidades de su proceder, sus “modos de actuar” se expresan a todo nivel, incluyendo al humano.

La humanidad actual como parte del proceso, entendiéndola como un brote del árbol evolutivo, un brote que se caracteriza por el pensamiento autoconsciente que constituye un eslabón en la cadena evolutiva y no el logro cúspide, o la pincelada final de la evolución.

Otros desafíos aguardan al proceso de desenvolvimiento de la conciencia, desafíos que básicamente no tienen que ver con la cara exterior, estructural del cuerpo humano, sino que con la conciencia. Es probable que no haya grandes cambios visibles en el cuerpo, pero sí, mutaciones psíquicas que afectan a la red más sutil del cuerpo, el sistema neuronal, nervioso y hormonal.

Tenemos el privilegio de acceder al conocimiento acerca del proceso evolutivo que nos ha traído

a emerger a la existencia y con ello, la oportunidad de ser espectadores y actores preclaros de esta historia. Sin embargo, esto es algo que aún no hemos internalizado en el vivir cotidiano de modo que nuestras vidas estén plenas de sentido sabiéndonos continuadores de un proceso que se proyecta más allá de nuestras vidas particulares.

La idea de concientizar la evolución que se ha desenvuelto hasta llegar a nosotros tiene que ver con salirnos del entretejido presente y observar “desde arriba y desde lejos” el proceso del cual somos resultantes para desde allí volver a ubicarnos plenos de sentido, dignidad y conexión con todo lo que existe.

El ser humano no nació ayer ni es un brote espontáneo y desconectado de la vida toda, al contrario, el universo, la tierra, las especies han desplegado un apasionante y bello proceso de conflicto e integración, de sacro oficio y gozo, un proceso que se continúa en nosotros en una cadena interminable...

COSMOVISIÓN Y VIDA COTIDIANA

La concepción actual del cosmos nos muestra un todo interrelacionado de energía en constante intercambio y transformación, una red vibratoria

donde cualquier pulsación en cualquier parte, "toca" a todo el universo.

Sin embargo, y, aunque lo sepamos intelectualmente, como sociedades, aún no nos hemos ajustado o ampliado a vivir en esta visión, sino que más bien conservamos una mentalidad antropocéntrica, egocéntrica y separatista que ya, a nivel de conocimiento, ha sido superada hace décadas y, en algunos temas, hace siglos.

Aun cuando sepamos que somos parte de una trama en movimiento, no actuamos coherentemente con esto. En lo que respecta al vivir humano, esto se traduciría en la conciencia actual de que nuestro hacer, e incluso nuestro pensar afectan, a todo. Es decir, a aquellos más cercanos, con los que convivimos y desde allí a otros y otros en una cadena que involucra a la humanidad entera y entonces, a todo el planeta.

El hecho de encarnar en pensamiento y sentimiento, la conciencia de que yo en mi vivir movilizo una energía que toca a toda la red planetaria me embargaría de sentido, me haría sentir que cada instante es significativo, que los gestos importan, que el entusiasmo y amor que pongo en mi quehacer se transmite al todo, que soy responsable, con todos, de la gestación de un mundo mejor.

Esto no ocurre. Vivimos escindidos del mun-

do, en la particularidad de la vida personal, sin ver en ella la red que nos conecta con el todo. Egocentrados, luchando por nuestros pequeños imperios en una vida que muchas veces cansa y deprime por la pequeñez y mezquindad de su propósito.

Necesitamos más y ello no implica mudar de país o de barrio, bastaría con cambiar de enfoque, con ampliar la perspectiva y vernos como un nodo en la red de la vida, un nodo por donde circula la energía, damos, recibimos, compartimos. Soltamos el miedo y el control en él sustentado, y permitimos que la Gran Corriente nos dé la pauta y el sentido. Esta es una de las grandes aventuras de la futura humanidad, una aventura de fondo, esencial, sin la cual todas las buenas intenciones y proyectos abortan. Las luchas de poder, el orgullo no permiten que las políticas en pos de cualquier mejora resulten.

La conciencia personal del mundo aún no se acompasa con el conocimiento y, podríamos decir que vivimos con esquemas retrógrados de siglos atrás.

Es preciso un cambio de conciencia, un conocimiento vivo, que nos haga vibrar, que cambie nuestras vidas personales dándonos una nueva

impronta de entrega, de colaboración por una co-creación de una humanidad y un planeta sano.

Es necesario un cambio de conciencia, más ¿qué tiene que ver la imagen que tenemos de la vida y el universo con nuestro sentir y quehacer diario?, podríamos preguntarnos. Poco nos damos cuenta de que el modo en que vivimos la vida tiene que ver con el modo en que nos enseñaron a percibir la vida.

Llamaremos paradigma al conjunto de valores, creencias, perspectivas que constituyen un modelo de realidad. El paradigma es un marco que no sólo nos define el mundo, sino que también influye en el modo en que lo percibimos, es decir, vemos como nos enseñaron a ver, existe aquello que en nuestra cultura es aceptado como existente.

El paradigma influye en todo nuestro vivir como seres humanos; si nos enseñaron que la vida era una competencia incansable por sobrepasar a los otros, viviremos en una permanente lucha con los demás, defendiéndonos y atacando; si nos dan, por el contrario un modelo de solidaridad y colaboración, viviremos aportando y compartiendo.

EL MODELO ANTROPOCÉNTRICO Y EL MODELO SISTÉMICO

Durante la Edad Media el universo se ordenaba con la tierra en el centro, inmóvil y todos los astros, incluyendo al sol, girando alrededor de ella. La idea era que el hogar del hombre (hablando en términos de género), cúspide de la creación divina, era el centro en torno a lo cual todo orbitaba. Siempre había sido así, desde el inicio de la creación, siempre sería así. La creación era perfecta, es decir imperfectible. Se trataba de un mundo estable y previsible. La verdad ya había sido revelada, el universo estaba ordenado con la tierra y el hombre en una ubicación preferencial. Este “modo de ver” estaba sustentado por la fe por lo cual ponerlo en duda constituía un ataque a las bases mismas de una cultura fundada sobre cimientos dogmáticos de una verdad revelada por Dios.

La idea de movimiento o evolución estaba relacionada con lo imperfecto. Este inmovilismo impregnaba desde la religión y sus jerarcas (representantes de este Dios perfecto en la tierra y por tanto, también perfectos) a la vida social y familiar en el sentido de que las cosas eran como eran, y no podían ser cambiadas. El destino de las personas, según el sexo y la posición en la

familia estaban determinadas antes de nacer y aquellos que osaban salirse del esquema sufrían el repudio de su medio social, y, muchas veces la persecución y la hoguera. Sólo pensar distinto implicaba un gesto de rebeldía ante Dios.

La movilidad social era mínima, las aspiraciones debían ajustarse a un esquema preestablecido. Para la mujer los caminos aceptables eran escasos, el matrimonio subyugada a el hombre, o el convento...

La idea de que un Dios había creado al universo y a la tierra en un esquema inamovible estaba presente en todos los ámbitos de la vida social y cotidiana.

La otra cara de la moneda nos muestra un mundo estable, donde la vida se desenvolvía en pequeñas comunidades resguardadas por la autoridad de un señor protector y en el que ocultas, aún se practicaban rituales en relación con el mundo de los espíritus de la naturaleza como supervivencias de las culturas más antiguas, ligadas a la tierra. Estas creencias y ritos eran reprimidos y castigados como brujerías, sin embargo muchos de ellos persisten hasta el presente, incluso, irónicamente muchas de las celebraciones de las religiones tradicionales tienen su base en ellos.

El sentido de la vida tenía que ver con la obediencia y el “temor a Dios”.

Copérnico, en 1543 publica *La revolución de las esferas celestes* donde plantea la teoría heliocéntrica dando un golpe a la visión geocéntrica prevaleciente por 1.000 años. Más tarde, Galileo continuaría removiendo los cimientos de ese mundo ordenado en torno a dogmas no susceptibles de ser discutidos, a tal punto, que hoy reconocemos en estos hechos la fractura del paradigma medioeval que siglos más tarde permitiría la apertura a una nueva era, la científico-racional en que el método analítico y empírico se alzaría por sobre la devoción y la fe, llevándonos al extremo opuesto del anterior, un mundo frío donde todo es razón.

Copérnico y los investigadores que le siguieron desbarataron nuestro antropocentrismo espacial al sacarnos del centro del universo y probar que la tierra se movía alrededor del Sol. Hoy sabemos que nuestro planeta está en el sistema solar, que se ubica en la periferia de nuestra galaxia que está constituida de alrededor de otros 150 mil millones de estrellas y que hay miles de millones de galaxias en el universo. Y, además, que todo esto está en permanente movimiento y transformación.

Estos conceptos no sólo afectaron a la visión de los científicos sino que implican una revolución a la visión jerárquica de poder reubicando al planeta tierra en el contexto universal. Nos obliga a concebirnos como uno más, así, en 5 siglos hemos transitado desde una visión que nos ubicaba al centro, a otra en que la tierra se integra como una partícula de polvo cósmico al universo.

No estamos al centro ni somos especiales, pero seguimos actuando como si lo fuéramos.

La idea antropocéntrica unida a una actitud científica instrumental nos ha llevado a relacionarnos con la naturaleza en términos de uso y abuso para nuestros intereses particulares sin comprender que nosotros también somos naturaleza y que lo que ocurre a cualquier aspecto de la trama viva, también nos ocurre a nosotros.

Sólo hemos atendido a nuestras necesidades inmediatas, sin la visión ampliada a las consecuencias que estos actos acarrearían. En vez de comprender al planeta como un sistema vivo del cual formamos parte, hemos actuado pensando que todo fue creado para nosotros, como los niños regalones de Dios.

Hemos creído que podemos escapar de las leyes de la Vida cual si los seres humanos estu-

viéramos sobre ella, fuera de ella. Hemos intentado crear una realidad donde nosotros estamos al centro, ajustando las expresiones vivas a los intereses de nuestros egos, quebrando con esto el fluir sistémico de nuestro planeta.

Esta actitud es una de las que ha traído como consecuencia la devastación al mundo natural, la sobrepoblación, el sobreconsumo, la pobreza y la multitud de problemáticas que la humanidad tiene como desafío resolver en los próximos siglos.

Es indudable que el surgimiento de la humanidad en el proceso evolutivo constituye un paso fundamental de ascenso y ampliación de la conciencia. Los seres pensantes o autopensantes tenemos aportes que hacer, hemos creado el mundo cultural, social, nos hemos creado a nosotros mismos, pero aún así la Vida nos contiene y, ajustarnos sabiamente a sus modos, en total conciencia y no por instinto, creando la realidad en coherencia con este Todo mayor, sin atentar contra el bien del sistema, es algo que nos espera.

Nuestras vidas personales aún son antropocéntricas. De alguna manera, nos ubicamos en un modelo social en que Yo estoy al centro, y

los otros rodeándome, cual planetas alrededor del sol. Pareja, hijos, hermanos, padre, madre, amigos pasan a ser algo así como instrumentos a través de los cuales busco mi felicidad y realización. Como el otro espera lo mismo de mi, vivimos en un constante "tironeo", presionándonos mutuamente, no permitiéndonos, los unos a los otros buscar nuestros propios caminos, Ser.

Quizás tome algunas generaciones vivir con una conciencia sistémica, entendiéndonos como parte de una red donde cada uno tiene su razón, su propósito y aporte. Depende de cuan dispuestos estemos a integrar nuestras expectativas personales en la red planetaria, entendiendo la vida propia, y de los seres queridos, como pulsaciones conscientes y aportantes a la gran trama de la vida y no sólo a nuestras conveniencias particulares.

MODELO ESTÁTICO Y MODELO EVOLUTIVO

El concepto que nos terminaría de sacar del trono de la creación lo dieron los evolucionistas, Lamarck, Darwin y otros al demostrar que la humanidad era descendiente del reino animal, que no habíamos sido creados aparte, que éramos una expresión de la marea evolutiva al igual que las demás especies.

No es fácil entender desde hoy el shock que significó para las personas de fines del siglo 19 el hecho que se los ubicara como “descendientes de los monos” y desde entonces el esfuerzo de muchos pensadores ha sido conjugar esta realidad con aquella expresada por el Génesis judeo-cristiano. Sólo entendiendo el lenguaje mitológico en términos simbólicos y no textuales es que nos hemos ido acercando a una visión que conjuga ambas posturas.

Hoy sabemos que somos fruto de millones de años de evolución del universo y de la tierra, que todos los reinos palpitan en nosotros, que somos minerales, seres multicelulares, animales, humanos. Y, además, que el proceso continúa, que no somos el *súmmun*, que lo más probable es que la evolución genere seres más conscientes que nosotros.

A pesar de esto y con varios siglos de retraso a los conceptos, seguimos con dificultades para ajustarnos a ellos. Nuestras sociedades no viven la conciencia evolutiva, muchas personas viven sintiéndose solas e inmersas en sus particulares problemáticas sin ningún sentido de continuidad con los que vivieron antes, ni con los que vivirán después.

Las culturas orientales, indígenas, nativas de

Europa tienen o tenían un sentido tan profundo de continuidad a través del recuerdo, la veneración y el culto a los antepasados que el ser humano se siente enhebrado en un “collar” que le da continuidad hacia atrás y hacia adelante en el tiempo. Sus abuelos son sus raíces, y sus nietos, sus ramas, su vida es un eslabón entre unos y otros, donde es preciso dignificar con el actuar personal la memoria de los antepasados y, al mismo tiempo, dejar una huella honrosa a los que vendrán después. La vida tenía así un sentido y una responsabilidad hacia el pasado y el futuro.

En nuestra cultura, acelerada y desgajada, rodando sin control ni conciencia abusamos de los recursos dejando tras nuestro desorden y destrucción, sin pensar que tras nosotros, otros vendrán, hijos, nietos, sucesores en esta larga cadena evolutiva que se inició con la expansión del universo.

Una cultura en que no existe visión de continuidad genera personas sin sentido, que disparan al aire, que viven vidas individualistas, que no plantarían un árbol de lento crecimiento para que lo disfruten otras generaciones, que no se sienten resultantes de un legado de miles y millones de años y dignificados de vivir y proyectar el proceso.

SOMOS ESLABONES DE UNA LARGA CADENA

Quizás uno de los puntos claves en el retorno al sentido sea concientizar que somos resultantes de millones de años de evolución. Muchas existencias nos han precedido, haciendo su aporte específico, muchas crisis, muchos ensayos, entregando un grano de arena al proceso evolutivo y somos nosotros, estas generaciones, las que por primera vez tenemos el privilegio de saber que una gran cadena de seres y reinos han tenido que brindarse para que lleguemos al presente.

Portamos, aquí y ahora, millones de años de evolución mineral. Los minerales de nuestros huesos y nuestro cuerpo se fraguaron hace miles de millones de años en estrellas ya extinguidas, en el planeta primitivo y aquí están ahora, colaborando en nuestra expresión física.

Las células que constituyen nuestro sistema biológico vivieron sus primeras etapas en pantanos y mares y desde allí se complejificaron en experiencias de especialización y colaboración que permitieron el surgimiento de seres multicelulares. Una célula de nuestro hígado, de nuestro sistema nervioso acarrea en sí la experiencia de tres mil millones de años de evolución.

Los impulsos y emociones básicas se gestaron en el proceso del reino animal, que desde los

peces a los primates van refinando el sistema nervioso, la expresión y la sensibilidad que hoy nos permiten expresarnos como seres humanos.

La autoconciencia, el pensamiento, la capacidad de conceptualizar, “lenguajear”, sentir, sociabilizar surgen de la entrega evolutiva de 3 millones de años de generaciones de seres humanos.

La disyuntiva para cada uno de nosotros, es qué haremos con nuestras vidas, conscientes de que para que estas hayan llegado a expresarse muchas “historias” de muchos reinos y especies han tenido que conjugarse, ¿qué haremos ahora que somos conscientes que nosotros abrimos el estado futuro del planeta?, ahora que tenemos el terrible y maravilloso don de saber que somos eslabones de una cadena, ahora que el siguiente paso de integración y solidaridad mundial lo damos en total conciencia, o no lo damos.

Esto no es algo que tengan que definir las autoridades, ni los presidentes, esto es algo que compete a cada uno, algo que ocurre dentro del hogar, del pensamiento y sentimiento de cada uno. No es algo que tenga que ver con vidas espectaculares o actos asombrosos, sino con la impronta del vivir cotidiano de cada uno.

Es sobre todo, la conciencia transmutada de las personas “comunes” de quienes depende el

futuro del mundo. ¿Qué hemos logrado responsabilizando a las autoridades del mundo del estado actual del planeta, sino sentirnos impotentes y evadir el aporte personal que podríamos hacer al proceso?

Las condiciones futuras de la tierra serán construidas por seres despiertos, sabedores de que las posturas de hoy afectan al mañana, ya no hay posibilidad de que una marea nos tome y nos conduzca como ocurre con los reinos de la naturaleza. Nosotros somos la marea, o quizás nosotros debemos acceder voluntariamente a que la marea cósmica se exprese en nuestras vidas hasta transformarnos en ella.

Se trata de una decisión de vida, potente, apasionada por colaborar con los desafíos de nuestro tiempo, o simplemente vivir arrastrado por las circunstancias sin mayor conciencia de lo que estas significan.

Esta visión de sabernos y sentirnos, es decir concientizarnos como herederos de un largo camino y, al mismo tiempo como gestores del estado futuro del planeta es una “claridad” que connota hasta los actos más cotidianos de una nueva significación, desde “pelar papas” a conversar, a nuestro trabajo. Toda nuestra expresión

comienza a ser percibida como nuestro aporte específico al mundo.

Actuamos a nivel local con un pensamiento global. La creatividad personal puesta al servicio para resolver pequeños problemas de educación, pobreza, convivencia, stress, sin sentido en nuestro medio, en nuestro hogar y barrio cambian el mundo.

La mayoría de nosotros no tiene la posibilidad de tener ingerencia en grandes proyectos, sin embargo TODOS tenemos la posibilidad de actuar cada día en un sentido aportador.

Para pensar y orientar el sentido personal en relación al sentido de la evolución es preciso un pensamiento que nos ayude a comprender las grandes tendencias de los próximos siglos. Lo que intentaremos hacer aquí es aportar un pensamiento global que nos permita, en escalas de tiempo muy amplias, entender hacia dónde se dirige la evolución, cuáles son sus desafíos en éste y los próximos tiempos.

Al trabajar con una mirada tan amplia es inevitable que la finura de los trazos particulares se pierdan, así, habrá muchas excepciones particulares, muchas tendencias que se contraponen al sentido que aquí proponemos. El fuerte surgimiento de las ortodoxias, por ejemplo, es opuesto al sentido de integración y solidaridad mundial que planteamos como tendencia futura, sin embargo, se trata de los últimos estertores y resistencias (que pueden durar siglos) de las visiones estrechas y aferradas a mantener círculos exclusivistas en la red mundial.

La gesta evolutiva que nos permite hoy día expresarnos en la tierra, nos dignifica, y al tomar conciencia de ella surge un gran respeto por nosotros mismos y por toda existencia. La calidez, el amor hacia lo que somos y todo lo que es, comienza a reencantar la vida cotidiana. Nuestra vida, toda vida es preciosa como fruto de tanta experiencia pasada.

MENSAJES Y METÁFORAS
DE LA EVOLUCIÓN

CAPÍTULO 2

EL CONCIERTO CÓSMICO

El proceso cósmico es la ejecución de un gran concierto, aquel en el cual Pitágoras escuchaba la “música de las esferas”.

En él, la realización de cualquier existencia es interpretar una nota precisa que en ese momento le corresponde en la sinfonía universal.

La melodía va cambiando y cada ser se va transformando en un intérprete más refinado y abarcante hasta llegar a ser Uno con el gran concierto universal.

Es al ser humano a quien le corresponde ir develando la partitura del cosmos e interpretarla en total conciencia y libre albedrío.

En este capítulo intentaremos comprender algunos elementos de esta pauta entendiéndola como un modelo de sabiduría para nuestras vidas.

Dentro de esta partitura está la evolución.

1. UNA BREVE HISTORIA

De acuerdo a los planteamientos actuales de la ciencia, el universo tendría unos 15.000.000.000 de años, edad en que se ha situado el estado inicial o Big Bang.

El Universo primigenio fue un “océano vibrante” de energía. La temperatura es tan elevada

que no permite el enlace de las partículas, no hay átomos ni núcleos de átomos, como un gran caldo homogéneo, sin grumos, de energía pura.

A los pocos segundos comienza a descender la temperatura y operan las fuerzas físicas que incitarán a la reunión de las partículas, permitiendo la formación de los primeros átomos. Es el inicio de la evolución del reino mineral.

Desde entonces el universo no ha cesado de organizarse en formas cada vez más complejas, es decir, más diversas y ricas estructuralmente y en su funcionamiento. Complejidad no es lo mismo que complicación. Cuando pensamos en algo complicado, lo relacionamos con enredo, con algo que no fluye porque está estancado en sus propios nudos. La complejidad, al contrario, a pesar de estar constituida de muchos elementos, como una molécula con muchos átomos distintos, es armónica, simple y fluida gestando una unidad mayor. Así por ejemplo, el cuerpo humano es complejo y simple a la vez, integra muchos órganos y sistemas asociados con una gran riqueza estructural y fisiológica en un todo unido.

Con el tiempo se irán configurando agrupaciones locales de energía que darían lugar, hace unos 10.000 millones de años a las galaxias y estrellas que las constituyen. Las galaxias son grandes

islas cósmicas, unidades donde evolucionan los cuerpos celestes. Cada galaxia contiene cientos de miles de millones de estrellas como el Sol y hay cientos de miles de millones de galaxias en el universo.

En las estrellas de las galaxias más antiguas se formaron los elementos químicos más complejos que después pasarían a formar parte de los cuerpos celestes posteriores, entre ellos el Sol y nuestro planeta.

El planeta tierra

Nuestra estrella, el Sol tiene unos 4.500 millones de años, al igual que el planeta tierra. Al comienzo ésta era una bola de gas incandescente que al enfriarse genera al reino mineral sólido, desde los cristales a los minerales más complejos.

El hidrógeno se enlazó con el oxígeno y se constituyó el agua, elemento fundamental en la formación y mantención de la vida biológica. Las primeras moléculas de H_2O flotaban en la atmósfera terrestre, con el tiempo comenzaron a precipitar como rocío sobre la corteza terrestre. Millones de años después se formaron los océanos. Los mares primitivos son calientes y de agua dulce.

El planeta primigenio es aparentemente caótico,

su atmósfera era distinta a la de hoy, no existía la capa de ozono que se forma posteriormente por la emanación de oxígeno de los vegetales. Por esto la tierra es permanentemente “bombardeada” por violentos rayos cósmicos. Además el núcleo ígneo estaba mucho más activo por lo cual se producen fuertes movimientos telúricos y explosiones volcánicas.

Sin embargo este fue el medio preciso para que nacieran las primeras células, base de los reinos biológicos, vegetales y animales.

Evolución biológica

Las células primigenias evolucionan desde megamoléculas, es decir, desde el reino mineral. Se gestan en ambientes acuático-pantanosos, lagos, lagunas y mares. Por millones de millones de años la tierra no fue poblada por vegetales ni animales ya que estos fueron primero habitantes de las aguas.

Las células más antiguas han sido datadas en unos 3.000 millones de años, hace unos 1.000 millones de años ya tenemos en el mar a las células nucleadas que permitirán la reproducción sexual y, con ello, el surgimiento de la diversidad de la vida.

Unas células se nutrirán a través del proceso de fotosíntesis, darán más adelante lugar a las algas y al reino vegetal, y otras a través de la respiración, generarán las bacterias y el reino animal.

Hace 550 millones de años tenemos una “explosión vital”, algas y peces en el mar. El reino vegetal inicia su adaptación a tierra firme, helechos, champiñones, pastos, luego bosques y más adelante aún, flores y frutos.

El mundo animal, evoluciona desde los peces a los anfibios que comienzan a incursionar fuera de las aguas.

Hace 200 millones de años, los animales ya se habían adaptado a la tierra y se inicia la “Edad de los reptiles” que se apropian y pueblan una gran diversidad de ecosistemas, se yerguen en los amos y señores del planeta. Los hay de todos los tamaños y formas, en el aire, agua y tierra. Sin embargo, hace 65 millones de años, debido a una crisis ambiental a nivel planetario, súbitamente se extinguen.

Es la oportunidad de los mamíferos que hasta entonces se habían mantenido como animales pequeños y marginales.

Hace 70 millones se inicia la aventura de algunos mamíferos de tamaño pequeño, como un ratón, olfativos y nocturnos que se adaptan a la vida arborícola gestando así, la línea de los primates; monos, simios y el ser humano.

Hace unos 10 millones de años, en África Oriental, estos primates ancestrales descienden de los árboles con extremidades largas, una vista desarrollada, un pulgar oponible, bípedos y semi-erectos y un desarrollo cerebral acrecentado.

De ellos, hace tres millones de años ascienden los primeros seres humanos.

2. PARTITURAS EN LA SENDA DEL COSMOS

El universo como una unidad holística y mental

Desde esta visión el universo es un holos, un todo en que los fraccionamientos en partes se realizan sólo con fines analíticos⁽¹⁾. Las características del todo están en cada una de sus partes y cada una de sus partes es reflejo del todo. Así cualquier existencia contendrá las mismas características básicas de todo el conjunto. Lo que se dice del conjunto universal se dice también de cualquiera manifestación específica dentro de él.

1. Para conectarse con pensadores que están en esta línea, leer a Fritjof Capra.

Los átomos, las células, los seres humanos son manifestaciones a “imagen y semejanza” del orden universal, sólo que a distintos niveles de complejidad y conciencia. En este sentido lo que decimos aquí del universo también lo podemos decir de nosotros mismos.

Las mismas proporciones, formas geométricas, principios, expresiones matemáticas y poéticas se manifiestan en lo grande y lo pequeño.

La forma espiral, por ejemplo, está presente en las galaxias, en el modo en que se disponen las ramas de un árbol, en las caracolas, en el oído interno del ser humano, en el ADN, en las leyes del cambio, como veremos más adelante. Podríamos pensar entonces que la espiral es una pauta de organización subyacente que se expresa en distintas formas y procesos.

El universo expresa un orden, en este sentido, podemos visualizarlo como la manifestación de una pauta, o de un principio mental.⁽²⁾

Este principio mental no es algo exterior, como una entidad protectora, o superior, sino algo intrínseco, desde lo cual brota el universo. No hay una separación entre el principio mental y el cosmos mismo, sino que éste es una manifestación de ese principio que está en él.

2. Gregory Bateson, biólogo, es uno de los grandes pensadores que trabajó en el tema de las pautas, la naturaleza del orden o del patrón que existe en el universo.

La mente universal es entonces, una cara interna, un aspecto implicado, no manifiesto que contiene el código que se manifiesta en las formas.⁽³⁾ Al modo en que la semilla contiene el código que se manifiesta en el árbol.

El universo, la tierra y sus reinos son el aspecto desplegado, concretizado de una pauta intangible que expresan las leyes y regularidades cósmicas. Así como nuestro cuerpo es el despliegue del genoma, o el habla es el despliegue del pensamiento.

En todos los niveles podemos distinguir un orden oculto, implicado, que luego se expresa en formas y procesos.

Cuando ejecutamos una acción, lo que vemos es el acto, sin embargo éste está sustentado por pensamientos y sentimientos que hacen que actuemos o expresemos algo.

Jung trabajó al respecto con el concepto de simultaneidad o sincronía en que los hechos de la vida de una persona eran la manifestación concreta de sus procesos psíquicos. Hay un ejemplo clásico de una paciente que le narraba un sueño acerca de un escarabajo dorado, símbolo de renacimiento. En ese momento, un ruido en la ventana les llamó la atención: se trataba de un escarabajo dorado. La paciente estaba, además en un pro-

3. En relación al orden no manifiesto, intrínseco en la red cósmica, del cual se despliega el orden manifiesto, ver a David Bohm.

ceso de despertar interno. Todo confluyó en ese momento, el proceso psicológico de la mujer, el sueño, la aparición física del insecto.

De este modo actúa el universo, los procesos físicos y psíquicos están sincronizados, son Uno. El despliegue del orden universal responde a un principio mental, implicado, invisible que sustenta las modalidades o el "modo de ser" del cosmos.

El universo es una unidad coherente e interrelacionada. Está en permanente transformación, y su expresión se ajusta a modos y modalidades de acción que están presentes en un grano de arena, en un árbol, en un ser humano, en el planeta y en el conjunto global; todo está movido por los mismos principios.

Esta es una visión monista, el universo es Uno.

La idea o intuición de coherencia entre lo micro y lo macrocósmico está presente desde muy antiguo en la mente humana, es lo que hizo a la filosofía Taoísta contemplar a la naturaleza para desde allí, entender el devenir humano, u observarse interiormente para conocer el mundo... "Sin salir de la casa, se puede conocer el mundo; sin mirar por la ventana, se puede ver el cielo" (Lao Tsé). Conociéndonos a nosotros mismos, lo conocemos todo.

Planteamos aquí que el *modus operandis* del cosmos es un modelo al cual todas las expresiones en él se ajustan. El universo no actúa de cualquier manera, tiene un “modo de pensar”, una ética propia que regula su acción. Esta pauta está en la esencia de todo ser y se expresa en todos los procesos, minerales, biológicos y humanos.

Las órbitas estelares, los procesos minerales, los ciclos biológicos, psicológicos, los etapas de vida de un ser humano, si bien se pueden ver como hechos independientes entre sí, en realidad son parte de la expresión de un sólo pensamiento, el pensamiento cósmico y las pautas que los conducen son las mismas, sólo que a distintos niveles de complejidad

En este sentido hacemos analogías entre el nacimiento de una galaxia, de un árbol, de un ser humano, de una idea. Todos ellos son inicios, creaciones y sus procesos son semejantes.

Esta perspectiva nos permite hacer preguntas generales... ¿cómo son los procesos de inicio? ¿cuáles son sus fases?, sin importar si estamos hablando del comienzo de una era histórica, de una estación del año, o del nacimiento de un bebé.

Es la mirada sintética y analógica la que nos acerca a comprender los grandes misterios de

los caminos de la vida. El análisis nos permite ver los detalles, desglosar en partes, pero no nos permite ver “la pauta que conecta”.⁽⁴⁾

El lenguaje metafórico, que compara a las nubes del cielo con las nubes de la mente, o que es capaz de ver todas las maravillas de la creación en una hoja de hierba o en un átomo del cuerpo nos abre a esta dimensión holística donde todo está en todo; así, bastaría con comprender profundamente el proceso del crecimiento de una flor para entender nuestro propio proceso de desarrollo. Conociéndonos a nosotros mismos en profundidad, lo conocemos todo.

El universo, expresa entonces un modelo de acción, cualidades que constituyen para todas las existencias que se manifiestan en su seno, pautas o partituras; es en este sentido que podemos entender que irse afinando hasta sintonizarse plenamente con la expansión y el modo de ser del “cosmos” es el camino evolutivo de los reinos. Es decir llegar a la inclusividad, diversidad, expansión de conciencia del Todo.

No existe reino o especie que no manifieste las cualidades del universo, sin embargo podríamos decir que a medida que evolucionamos desde el reino mineral, vegetal, animal al ámbito de lo humano estas cualidades se van expresando de

4. Este concepto viene de Gregory Bateson.

un modo más expansivo, complejo y refinado. En lo que se refiere a la conciencia, por ejemplo, la percatación del mundo de un mineral, es muy restringida; en los vegetales el nivel de sensibilidad al medio y la expresión aumentan; en los animales el psiquismo, el instinto les hace más complejos, más sensibles y el ser humano, al abrir las puertas del pensamiento personal, adquiere conciencia de sí y del universo que le contiene. O sea, con la evolución la mente se va refinando hasta adquirir conciencia de sí.⁽⁵⁾

La sintonía plena será llegar a tener una conciencia holística, es decir, ya no sólo conciencia individual sino cósmica. Las descripciones que hacen los místicos de sus vivencias de expansión relatan esto, “ser Uno con Todo”.

El Universo vivo

El universo es un todo vital, vibra, pulsa. En este sentido todo en él está vivo, tocado por la dinámica pulsante de la existencia.

Hay una fuerza que contiene la voluntad de Ser en todo, en este sentido es discutible la división entre lo “vivo y lo no vivo”. ¿Acaso el Sol no está vivo?, ¿o las galaxias como unidades autoorganizadas no expresan en sí la dinámica pulsante, la voluntad de Ser y evolucionar propio

5. Teilhard de Chardin trabajó ampliamente en el tema del ascenso de la conciencia.

de lo vital? ¿Acaso los átomos, plenos de fuerza vital no viven?

Desde este punto de vista todo lo que vibra está Vivo, esto tiene consecuencias importantes en la vida corriente pues nos permite acercarnos a todo, a las piedras, a la tierra, al agua, al aire, al fuego con la idea de que allí también hay vitalidad con la que puedo sintonizar, de que “eso” es una entidad plena de actividad, pulso, entusiasmo por existir.⁽⁶⁾

Somos vida en la Vida, vibración en un mar vibrante.

El Universo sistémico

Al enfatizar el aspecto sistémico, estamos hablando de un todo interrelacionado en que la colaboración, la solidaridad, es decir, las fuerzas integradoras están en un constante juego con las autoafirmantes.⁽⁷⁾ De este equilibrio inestable surge la expresión del Uni-verso.

Se distinguen dos tendencias en cualquier entidad, sea ésta una célula, o una persona; una que lleva a la unidad a vivir centrada en sí, en su autoorganización, en sus necesidades, en su autoexpresión, a ésta le llamamos “autoafirmante”;

6. Priggogine, nobel de química nos da una visión renovada de la materia en permanente transformación.

7. Esto está desarrollado en el libro El punto crucial de Capra.

y otra que le lleva a integrarse, a establecer lazos y acotar su expresión para ajustarse y aportar al sistema mayor del cual forma parte, a la cual llamamos “integradora”.

Nuestra cultura sobrevalora la autoafirmación, lo cual nos ha conducido a un acento sobre el individualismo, el antropocentrismo y a una convivencia social tensa en que el ataque, la defensa y la competencia están sobredimensionadas y en desequilibrio con la cooperación y la solidaridad. Se ha enfatizado desde el inicio la visión de la evolución actuando a través de la competitividad y la sobrevivencia del más apto lo cual se inserta en un paradigma más amplio, el sustentado por occidente en los últimos siglos, donde la lucha por la hegemonía y el poder parecen ser el fin último de la existencia.

A menudo escuchamos decir a los padres que la vida es dura y que hay que educar a los niños para que aprendan a defenderse y sobresalir. Esta es la exposición preclara del modelo cultural en el que vivimos. El problema es que educar de este modo sólo nos lleva a preservar esta manera de vivir. Anhelamos otra cosa, pero no nos atrevemos a ser los primeros en dar el paso.

Evidentemente la lucha por sobrevivir, el enfrentamiento con los otros para preservar la propia existencia o el espacio personal de expresión ha estado presente en la evolución. Es parte del juego del enfrentamiento de las fuerzas autoafirmantes mutuas que se ponen límites unas a otras.

La competencia ha sido importante, un impulsor evolutivo, un acelerador para trascender el estado actual de expresión, pero de allí a presentarnos la evolución como una lucha permanente por no ser eliminado por otros más aptos hay una gran distancia. La competencia, el enfrentamiento pueden entenderse como mecanismos que finalmente aportan a un leitmotiv más amplio, el coordinarse en una unidad mayor en constante transformación hacia estados más complejos.

La necesidad de integrarse, de formar parte está presente desde los átomos que se enlazan para formar moléculas hasta el ser humano y su necesidad afectiva y social.

En una mirada abarcante veremos que la colaboración, la coordinación sistémica, incluso el aporte que deja una especie que se extingue es fundamental en el desenvolvimiento evolutivo.

La evolución es mucho más una historia de sincronizaciones que nos ha permitido llegar como un todo hasta hoy, que de crueles exterminios de los débiles en favor de los fuertes.

Los reinos mineral, vegetal y animal equilibran las tendencias antes mencionadas por una cuestión genética y psíquicamente predeterminada, no hay libertad para actuar en sentido contrario. Las ovejas no tienen la autoconciencia como para estar descontentas con su vida ni el libre albedrío como para escoger si se preocupan más de sí mismas que del resto del grupo. No les ha sido dado el terrible y maravilloso don de rebelarse contra las leyes naturales, y simplemente fluyen en el vivir ovejuno como es, no importa si viven en América del Sur o en la India, las ovejas son ovejas y actúan como tal.

Quizás sea esta sencillez de la naturaleza, este Ser lo que Es sin cuestionarse lo que buscamos al acercarnos a ella, quizás sea por eso que un día en el campo, en el mar, la cordillera o el bosque nos devuelven nuestra original simplicidad.

En el caso humano, la conciencia de sí y la libertad personal nos permiten desestabilizar estas dos coordenadas y actualmente vemos en nosotros mismos cuan frágil es el equilibrio de ellas, estamos permanentemente caminando sobre una cuerda floja, entre la autorrealización, autoexpresión y la coordinación con los otros.

Por una parte, la necesidad de Ser, de crear, de percibir el poder personal, es decir de auto-

centrarse y, por otra parte, la necesidad de estar vinculado con los otros de colaborar, de amoldar la expresión personal a la necesidad del grupo. Cuando uno de estos dos aspectos se sub o sobredimensiona entramos en profundos desequilibrios y crisis personales. Desafortunadamente, muchas veces necesitamos enfermarnos para tomar conciencia de ello.

Si sobredimensionamos la centración en nosotros mismos probablemente nos sintamos fuertes y poderosos, pero careceremos de lazos con los otros, de afecto, de sentirnos pulsando y trabajando al unísono, tenderemos a ocupar más lugar que el necesario, a arrasar, o a aislarnos, habrá poco afinamiento con el pulso social, familiar o laboral. A la larga la falta de amor y cobijo nos enfermará.

En el opuesto, si enfatizamos mucho la integración renunciando a Ser y autoexpresarnos, nos sentiremos invadidos, estaremos bloqueando una necesidad básica de autoafirmación, poder y creatividad personal, estaremos reprimiéndonos y esto también nos enfermará.

Es todo un desafío ir armonizando el “yo” con el “nosotros”, ya no por instinto, sino por conciencia.

El Universo es diverso

El universo es diverso, la unidad se fundamenta en la integración de la diferencia que permite la sincronización, el movimiento y la evolución.

Sólo en la diversidad es posible la complementación y el enriquecimiento con la experiencia del otro.

La diferencia es necesaria. Las utopías que han pretendido eliminarla para quedarse sólo con lo "perfecto" (las "limpiezas" raciales, religiosas o políticas) sólo logran estancar el proceso evolutivo, empobrecer la expresión y desatar rabias y rencores que demoran generaciones en calmarse.

Aquello que llamamos "imperfecto" es tan necesario como su opuesto para que los procesos evolutivos ocurran. De la interacción de éstos es que surge la armonía del todo. Podríamos afirmar que la "Gran Perfección" del universo se constituye de muchas pequeñas imperfecciones.

Uno de los signos de mayor evolución es la mayor diversidad, mientras más complejos son los sistemas, también más diversos.

Mientras más amplia la conciencia, admite e integra más la diferencia, así a nivel humano podríamos decir que en la medida que evolucionamos hacia estados más expansivos, somos más aceptadores de lo distinto e integramos en nosotros mismos un rango más amplio de expresión.

El Universo es inclusivo

Es incluyente, en él cabe toda la diversidad existente.

En este sentido decimos que uno de los elementos básicos de la ética del universo, es la comprensión, aceptación, integración, inclusión; en suma el amor incondicional.

La actitud inclusiva del cosmos se expresa en el cobijo amoroso a todo lo que existe. Sólo por existir se es digno de existir. El universo acoge a todo en sí.

Hay un ámbito que es sintético, donde se complementan las dualidades y se sintetizan las diferencias, donde todo se sincroniza.

En una mirada cercana sólo vemos las diferencias, necesitamos alejarnos para ver lo que engloba e integra. Así, en un análisis detallado, decimos por ejemplo, blancos, negros, amarillos, en una visión sintética vemos "seres humanos."

El esquema de "nosotros" como "mejores", o más dignos, o con más derechos que los "otros" es sólo fruto de las fronteras mentales humanas. Las ortodoxias, las ideologías exclusivistas, las clasificaciones étnicas o religiosas rígidas son opuestas al modelo o espíritu del cosmos que las incluye a todas en su expresión particular.

Así mismo, todos los puntos de vista se integran o complementan, existen muchas maneras de ver, tantas como seres hay. El Todo universal las integra todas. Mientras más se acerca la conciencia a la amplitud del todo, más perspectivas diferentes es capaz de integrar, menos excluyente, más comprensivo.

Desde aquí la lógica de la eliminación del otro, o de los puntos de vista del otro que hemos utilizado como humanidad para resolver los problemas no sirve. El punto de resolución tendría más que ver con encontrar posturas que incluyan a las polaridades, integrándolas en visiones más amplias.

El universo está en permanente transformación sincrónica

El universo cambia permanentemente como un todo sincronizado. No podemos bañarnos dos veces en el mismo río, afirmó Heraclito, puesto que ni nosotros, ni el río seremos los mismos.

No hay causas únicas o lineales para la transformación, sólo podemos decir que todo, incluyendo a nuestras vidas está en cambio y la tendencia de ese cambio, en el largo plazo, es evolutivo.

El movimiento de cualquier parte, sea esta una galaxia o nosotros mismos tiene que ver con el todo en cambio.

Los eventos o hechos de nuestras vidas particulares tienen que ver con la transformación de un todo mayor. Si tenemos la perspectiva elevada de Ver hacia donde se mueve el todo mayor podremos comprender en términos generales hacia donde se mueven nuestras vidas.

Así, es inútil y desgastante tratar de comprender por qué causa ocurrió lo que ocurrió en nuestra historia, hay una constelación de causas, tantas que no es posible identificarlas. Lo que sí es posible decir es que sea lo que sea que nos ocurra, el fruto de esto es evolutivo, es decir, traernos mayor diversidad de experiencias, mayor amplitud, mayor integración, mayor inclusión y comprensión. Mientras más conciencia exista en la vida de un ser humano que todo se mueve en este sentido, más fluido será el cambio, le opondremos menos resistencia y el dolor tendrá un sentido que nos permitirá comprenderlo como parte de un proceso hacia una mayor plenitud y realización.

Uno de los grandes desafíos de nuestras vidas es ir siendo capaces de Ver desde aquí, de

sobreponernos al miedo y la desesperación que muchas veces producen las circunstancias de la vida para aceptar el fruto evolutivo que éstas nos traen.

La transformación implica un constante proceso de reciclaje, muerte - nacimiento - muerte - nacimiento de las formas.⁽⁸⁾ La energía se recicla y esto permite su expresión en formas más complejas. Así, la muerte no es un fin, sino la transformación de la forma para que la esencia se manifieste de modos más refinados.

Con la extinción de los reptiles hace 65.000.000 de años se abre el escenario para la evolución de los mamíferos, sin embargo, éstos no habrían podido manifestarse si no hubieran sintetizado muchos logros de los anfibios y reptiles, así, la esencia, o la pauta que desarrollaron los reptiles quedó integrada a los mamíferos en una expresión más compleja.

Podemos entender que las especies, o las manifestaciones particulares son eslabones de una cadena, que juegan su papel en un tiempo y un espacio y que si bien su expresión se acaba, su legado evolutivo queda constituyendo el piso sobre el cual se paran las evoluciones posteriores.

8. En relación al tema del morir el aporte de Elisabeth Kübler Ross es esperanzador y pleno de sentido.

La muerte juega un papel que permite al sistema evolucionar destruyendo la forma antigua, en este sentido, puede ser entendida como un modo de reciclaje para que nuevas expresiones integren lo anterior yendo a expresiones más complejas.

Las fuerzas constructivas y destructivas son complementarias, es preciso que se acabe la infancia para acceder a la adolescencia, o que se acabe la vida fetal para que nazca un bebé. La creación de nuevos estados requiere la destrucción de los anteriores, es decir la crisis forma parte de todo proceso creativo.

Si entendiéramos esto dejaríamos de temer a los finales, pues estos en realidad no existen. Lo que acaba es un estado determinado para esa existencia. La corriente de vida continúa su senda.

Azar, pauta, tendencia a la complejidad

Ante la visión del proceso de 15.000 millones de años de evolución, desde el estado primordial de la sopa cósmica, al ser humano en el planeta tierra, pasando por el desarrollo de los reinos mineral, vegetal y animal surge, inmediatamente

la cuestión de ¿por qué esto ocurrió? ¿Qué hizo que ocurriera? ¿Por qué el universo no se quedó en su estado inicial? ¿Por qué evoluciona? ¿Qué fuerza lo mueve? Hay una dirección, un plan de desenvolvimiento para el cosmos? Si lo hay, ¿qué lo sustenta, si no lo hay, es entonces el azar lo que condujo desde el estado primordial al pensamiento y al fluir orgánico de los mundos?

Estos cuestionamientos están en la base de la ciencia, de la filosofía, de las tradiciones espirituales. Es aquí donde se unen todas las corrientes, desde aquí parten, como ríos, por diferentes cauces respondiendo, ya sea con la mitología, el símbolo, el discurso filosófico, la ciencia.

El pensamiento occidental ha tratado a las visiones de la ciencia como las únicas “reales”, sin embargo, ¿por qué no pensar que es un lenguaje, el nuestro, para dar cuenta de la realidad?, que hay otros, que expresan de un modo alegórico, metafórico lo que nosotros hacemos en términos discursivos y racionales. Después de todo la Vida se parece más a los símbolos multifacéticos, a los mitos, a la poesía que siempre deja cabos sueltos en la profunda comprensión que la complejidad de lo que ocurre no puede ser atrapado por la lógica de las causas y efectos.

Lo interesante es que en la medida que la ciencia se ha ido sumergiendo en lo micro o

macrocósmico, en el mundo de las interrelaciones biológicas, o en el campo de la psiquis se ha acercado a las descripciones que la mística, poesía o mitología nos da del universo. Desde el surgimiento de la física cuántica en el último siglo, o de la biología de sistemas, o del estudio del inconsciente, el lenguaje analógico, simbólico han pasado a formar parte de ella.

En el Bhagavad Gita, libro sagrado Hindú, el discípulo Arjuna, ve en Krishna, el señor del Universo, el “resplandor de mil soles”, el “temblor de los mundos atómicos” lo cual se asemeja mucho a la descripción del mundo cuántico que hacen los físicos.

Uno de los cuestionamientos básicos que han surgido desde que se tiene conciencia del proceso de evolución guarda relación con la oposición entre el azar y la creencia en un Dios creador.

En las últimas décadas cada vez se ha ido haciendo más insostenible que toda esta organización, se haya dado por mero azar. La probabilidad estadística de que desde el universo primigenio se haya gestado el cosmos actual, es casi nula.

Esto no implica, sin embargo, que necesariamente tengamos que pensar en un Dios como una entidad exterior, superior que “desde arriba

y desde fuera" crea al universo como un alfarero a su vasija de greda.

Podríamos concebir que en la esencia misma de la naturaleza hay un "orden implicado", como afirma Bohm, una pauta subyacente que ordena la expresión del universo.

Esto se acerca al concepto de Divinidad que planteó Teilhard de Chardin al entenderla como una fuerza interior que mueve a la evolución. O del taoísmo de un vacío esencial que mueve y se expresa en el cosmos, o de la poesía de Walt Whitman y Emerson o de los intuitivos que han logrado percibir la potencia Una que fluye en el cosmos.

Estos conceptos unen ciencia y espiritualidad, permitiéndoles ser ya, no dos visiones en pugna, sino integrarse en un nuevo lenguaje más abarcante.

Lo que el conocimiento actual claramente nos permite observar es que el universo se transforma en una constante de más y más complejidad; de un universo homogéneo de partículas y ondas, a organizaciones y sistemas cada vez más diversos y ricos en configuración y expresión hasta llegar, en nuestro planeta, al ser humano. No sabemos si el universo tiene una intención inicial, sin embargo, al decir de Reeves, si la na-

turalidad hubiera querido generar al ser humano, habría hecho exactamente lo que hizo.⁽⁹⁾

Las partículas se organizan en átomos, éstos en moléculas, megamoléculas, células, seres multicelulares, con células especializadas en diversas funciones, entre ellas el sistema nervioso, cerebro, lo cual permite la expresión del pensamiento.

Podríamos decir que la búsqueda de la complejidad constituye una constante, un "modo de ser" del cosmos, cual si hubiera un impulso interior, esencial hacia la búsqueda de estados más refinados de expresión. Este impulso evolutivo está presente en los átomos, células, ser humano como una necesidad intrínseca del existir.

Así, a nuestros ojos sorprendidos aparece un universo que responde a leyes, a pautas que ya expresadas en lenguaje matemático, filosófico, poético, simbólico, mitológico nos hablan de un "todo" en transformación coherente, como si dentro de toda expresión hubiera una pulsión a desordenar para buscar nuevos órdenes, a trascenderse en la expresión actual, a dejar atrás la comodidad de lo conocido, el útero; a morir al estado actual para encumbrarse en nuevos descubrimientos y aventuras.

9. Huberte Reeves está en la base del conocimiento específico acerca del origen y evolución del universo expresado aquí.

Complejidad y conciencia

El proceso cósmico va desarrollando estados cada vez más complejos estructural y fisiológicamente y, al mismo tiempo, expresiones cada vez más sensibles e interactuantes con el medio.

Así la complejidad no es sólo una coordenada física sino que acompaña a una evolución “psíquica” en que los reinos van expandiendo su capacidad de percibir y actuar sobre el mundo. Podríamos decir que tras la “complejificación” de las formas se “oculta” la tendencia a la expansión de la conciencia. Este es el eje de la evolución y el sentido en que se mueven las transformaciones a todo nivel.

Podríamos afirmar que una flor no sólo es más compleja en su estructura y funcionamiento, sino que al mismo tiempo, es más sensible y reactiva, más rica en su interacción con el medio que una piedra. Las plantas sienten y actúan en relación al sol, al agua, incluso “sienten” el afecto y la agresividad y según mediciones modernas son sensibles a la música.

Así también, podemos decir que un perro, es más sensible, interactivo, rico en matices psíquicos que una flor. Su interacción, su capacidad de aprender y de demostrar afecto.

Lo mismo podríamos decir de un ser humano

respecto de un animal, la conciencia de sí, la reflexión, el lenguaje adquirido.

Así, desde los minerales al ser pensante no sólo se van gestando estados más complejos desde una coordenada física, sino seres más conscientes, diversos, amplios y libres.

La evolución genera niveles de conciencia

Las sucesivas oleadas “complejificadoras” y de ascenso de conciencia que se expresan en los ámbitos mineral, vegetal, animal y humano llevan a un orden jerarquizado en que podemos reconocer distintas esferas de conciencia y complejidad.

Desde los átomos a las moléculas, a las células, a los organismos biológicos, a los seres humanos nos vamos encontrando con niveles de complejidad y conciencia creciente.

La afirmación de que el universo responde a un orden jerárquico suele generar rechazo, probablemente por la asociación que existe entre este concepto, jerarquía, poder y represión en nuestra cultura. Sin embargo, estamos entendiendo aquí que los niveles más complejos incluyen a los más simples en un acto de comprensión y aceptación que permite a éstos seguir siendo y expresando su individualidad y al mismo tiempo, integrarse en enlaces e interacciones

más complejas participando así activamente de “todos” cada vez más amplios.⁽¹⁰⁾

Ken Wilber afirma al respecto: “Hacia donde miremos en la naturaleza expresó el filósofo Jan Smits, no vemos más que “todos”. Y no se trata de todos simples, sino que son jerárquicos: cada uno de ellos es parte de un todo mayor, que a su vez es parte de otro mayor..., además, el universo tiende a producir todos de nivel más elevado, cada vez más amplio y organizados” (1991, 146).

Las oleadas “complejificadoras”, no excluyen los logros del pasado, sino que actúan integrando. Así es como nuestra existencia humana incluye a la evolución mineral, celular y al instinto animal

En el universo, cada nueva etapa contiene el extracto logrado por las anteriores, no las niega, ni las elimina, sino que las incorpora en órdenes más complejos. Así no hay ninguna expresión inútil, aunque las especies se extingan y todo quede aparentemente en nada, aunque las etapas concluyan. El presente contiene semillas de las flores del pasado.

Como el anciano-sabio tiene algo niño, de joven, de adulto y los incorpora a todos sin negarlos, en un todo mayor que es su sabiduría.

10. Arthur Koestler acuñó el concepto de “holón” refiriéndose a subsistemas en que se manifiestan las propiedades autónomas de un todo y, al mismo tiempo, las propiedades dependientes de un todo mayor.

Como las células incluyen a los átomos y moléculas en un todo más amplio que es la vida biológica.

La inclusión es un aspecto esencial de la “ética cósmica” que en vez de eliminar lo anterior, lo utiliza para fines más expansivos.

La conciencia humana, como brote de la evolución está incluida en este orden y, podemos distinguir en la evolución psicológica de la humanidad y de las personas individuales, niveles de conciencia, cada uno de los cuales incluye al anterior.

En la actualidad escuchamos a menudo el concepto “expandir la conciencia”, caracterizando el siguiente paso evolutivo de la humanidad. En realidad la evolución siempre ha ido gestando expansiones de conciencia, lo que ocurre es que por primera vez hay seres que se percatan de que esto está ocurriendo.

Hablaré de niveles de conciencia entendiendo al universo como un gran “todo mental” en el cual nos manifestamos todos los seres. En este sentido, podríamos decir que el universo es la expresión más amplia de conciencia que poda-

mos concebir, pues contiene a todas las demás. Lo visualizamos como la expresión de una “gran mente” o un orden, una fuerza interior en todo lo que existe que incita a la transformación hacia estados más refinados y amplios de conciencia.

Distinguiremos, para los efectos de este escrito, 4 niveles de conciencia. La idea es aportar un modelo que nos ubique como humanidad en lo que hemos integrado y aquellas expansiones que nos esperan.

A. Conciencia colectiva

Aunque, si trabajamos una mirada más fina tendríamos que hacer distinciones de nivel, abarcaremos a los reinos mineral, vegetal y animal como expresiones de conciencia colectiva.

Lo que caracteriza a este nivel de la conciencia es que la inteligencia es masiva, toma a toda una colectividad haciéndola una.

Así, las características de los minerales, sus reacciones y características están fuertemente determinadas y no hay un comportamiento individual.

Algo semejante podemos decir del mundo vegetal, aunque aquí hay más expresión individualizada, todos los lirios de un tipo se comportarán, olerán, se colorearán y tendrán el tipo de

sensibilidad al medio de los lirios de ese tipo. Su sensibilidad está masivamente determinada, su expresión altamente condicionada.

La conciencia de los animales también es colectiva, responden a una "gran mente" en el caso de las hormigas y abejas esto es clarísimo. Cada colonia o panal actúa en forma totalmente coordinada como si se tratara de distintos órganos de un sólo insecto.

A medida que van brotando expresiones más complejas la individualidad aumenta, sin embargo aunque los mamíferos y primates tienen altos niveles de personalización, todos los perros de una raza ladran igual en todas partes del mundo, su comportamiento y percatación del mundo es colectiva, está regida por una inteligencia común, un "anima mundi". A medida que los seres se "complejifican" las barandas colectivas se relajan, hay más connotación individual, más acento único.

Esta individualización casi estalla en los primates superiores, pero no es sino cuando germina el ser humano, o la autoconciencia que comenzamos a transitar por la vía de la individualidad.

B. Autoconciencia

La humanidad despierta en el momento en que surgen seres que no sólo existen, sino que saben que existen, a este verse a uno mismo, a este distinguir entre lo que yo soy y lo que no soy le llamamos “conciencia de sí”, o autoconciencia.

La autoconciencia es el surgimiento de la individualidad, la conciencia de que se existe, la percatación del “yo” y con esto, la expresión personal, única, diferenciada del resto.

Es lo que ocurre con los niños, en sus primeros meses de vida son con todo, unos con su madre, no hay distinción entre lo que viene de adentro de mí, o afuera de mí. Con la adquisición del lenguaje comienzan a percatar la vida como un todo fraccionado “yo”, “tú”, mis juguetes, mis papás. Desde allí en adelante vivirá muchas etapas identificando, afianzando, definiendo a este “yo” en el mundo.

La humanidad ha vivido 3 millones de años afianzando, experimentando a este “yo” o en el mundo.

El egocentrismo, el egoísmo y todos los centrismos han sido etapas necesarias para estabilizar la conciencia individual, reforzarla, saturarla hasta hacerla abrirse a un nivel más amplio e inclusivo.

Sólo cuando somos conscientes de algún aspecto podemos operar sobre él.

Con el surgimiento de la autoconciencia ya no se está condicionado por una mente colectiva, sino por una mente personal y por tanto la acción es única, propia.

El eje condicionador no está en la especie sino en uno mismo. Hay una separación de la masa y el surgimiento de glóbulos separados, interiormente guiados.

En este sentido, cada ser humano es un universo, un reino entero, una gran conciencia iluminando a esa persona. Del mismo modo como una gran conciencia ilumina a todo un reino.

C. Conciencia sistémica y evolutiva

La conciencia sistémica es, de alguna manera una vuelta a la unidad, una percatación de que la escisión del mundo en partes es sólo una visión estrecha de las cosas, si vemos más ampliamente, todo se ve interrelacionado. Se ponen en duda las clasificaciones rígidas, se ve la red que une.

Llamaremos Alma a aquel aspecto de la conciencia humana que se percata que es parte de una trama.

Sólo cuando nos hacemos conscientes de que somos en una red podemos actuar sobre ella

teniendo comportamientos ecológicos, sistémicos que transmitan la vibración a la trama.

Es el paso que aguarda a la humanidad. La posibilidad que tenemos de gestar un planeta integrado, solidario y coherente.

La expansión específica que nos corresponde ahora tiene que ver con derribar las fronteras del ego para habitar en la conciencia planetaria, y al mismo tiempo, derribar las fronteras materiales para volar por el espacio de las dimensiones sutiles, comprendiendo que la “realidad” es mucho más que aquello que podemos “ver y tocar”.

D. Conciencia holística

La conciencia del todo ya no es sólo percibir la trama, sino el Uno como esencia manifestada en cada segmento de éste.

Es percibir la energía esencial que fluye y da ser a la red vibrante de la Vida.

Es conectar con el propósito esencial del movimiento del todo y afinarse con él transformándose en un ser depurado, afinado en alta fidelidad con la vibración básica.

Hablamos de estados tan refinados que puedan concientizar la pauta que los expresa y por libre albedrío, interpretarla. En este sentido la evolución humana tiene que ver con sintonizarse,

o recuperar, esta vez en conciencia, la sintonía perdida con la Vida. Quitarse peso, afinarse en un orden “natural”, esencial.

Este estado tiene que ver con lo que propone Lao Tsé “seguir la corriente del Tao”, o Jesús al decir “no os preocupéis...” “sed como niños”, o el Buda al identificarse con el todo en el Nirvana, o la revelación a Moisés de la zarza ardiente como “Yo soy el que Soy”.

Conciencia en que desaparecen las fronteras, en que todo está fluidamente relacionado, en que todo es Uno. Desde aquí han obrado los iluminados de todos los tiempos sus “milagros”. Desde aquí no hay límites, todo es posible.

Este proceso entendido como Samadhi, iluminación, o unión mística es fruto de un proceso de ampliación que se inicia en el mineral, y atraviesa las fases vegetales, animales, humanas-egoícas llegando a lo transpersonal y más allá.

La imagen de la espiral como modelo de cambio

La integración entre los conceptos de cambio y conservación; de tendencia a la complejidad y procesos cíclicos está en la elaboración de un modelo de cambio que los integre a ambos: la direccionalidad y la circularidad. Esto ocurre con el modelo espiral que exponemos a continuación.

Todo cambia, mas ¿cómo cambia? El modo en que percibimos los procesos de transformación, cómo los interpretamos en el pasado, cómo auguramos el movimiento futuro de nuestras vidas, de la historia humana, del movimiento vital del cosmos es un aspecto fundacional del cual muchas veces no somos conscientes.

Si pensamos por ejemplo, que la vida va en permanente decadencia tendemos a interpretar el presente en forma negativa en relación al pasado, lo cual probablemente nos lleve a vivir en una permanente nostalgia sin disfrutar ni valorar lo que Es en este momento. Tras la frase “todo tiempo pasado fue mejor” hay un modelo de este tipo.

Es interesante preguntarnos, por ejemplo, si modeláramos la trayectoria de nuestras vidas ¿cómo la representaríamos? ¿Cómo la sentimos o pensamos y en qué sentido esto nos afecta? ¿Es una línea?, ¿asciende?, ¿desciende? ¿es un círculo? ¿volvemos siempre al mismo punto? ¿vemos coordenadas, constantes? ¿un gran sentido? ¿o es de un movimiento caótico?

El hecho de percibir la sucesión de circunstancias como una línea regresiva, o ascendente, o de cimas y abismos, de trazos ondulantes, de coordenadas multidimensionales, con un eje central, o sin él, definirá muchas de nuestras posturas,

esperanzas, esfuerzos. Nos llevará a interpretar lo vivido como aprendizaje, como parte de un ciclo o como fracasos o éxitos rotundos.

Cada cultura tiene un patrón inconsciente de cambio, las culturas paleolíticas por ejemplo, que se viven siendo naturaleza con la naturaleza, en íntimo entramamiento con el fluir de las estaciones, de los ciclos lunares, terrestres, vegetales y vitales en general. En un permanente rotar por el día - noche - día - noche, tienden a percibir la transformación como un fenómeno circular en que se está transitando y retransitando una y otra vez en torno a las mismas fases. Son culturas en que el elemento de estabilidad juega un papel importante.

Se puede confiar en que la madre tierra y las estrellas repetirán año tras año los mismos ciclos, en que el sol saldrá cada día y en que se podrán predecir los ciclos lunares y de cada estación. Se vive en la sensación de un gran orden dinámico del cual el ser humano es uno más.

El gran don de este modelo es que aporta un elemento de tranquilidad y predecibilidad. Al mismo tiempo, tiende al estancamiento.

En nuestra cultura, exitista y narcicista, ajena al pulso biológico y al fluir de la naturaleza el

modelo es opuesto al anterior: una línea recta y ascendente, la idea de que cada estado tiene que ser “superior” al que lo precede, de que nunca se debería volver atrás, de que cada vez tenemos que superarnos más, tener más éxito, más conocimiento, más dinero en un incremento permanente. Este modelo nos lleva a la constante superación de aspectos, sin embargo nos tiene agotados.

Interpretamos inconscientemente como fracaso cualquier estado menos “exitoso” que el anterior, y esto en cualquier campo de la experiencia desde el dinero a la superación personal. El imperativo, a claras luces absurdo, es ser o verse más joven, exitoso, seguro, más y más..., como esto no ocurre vivimos en una tensión permanente, negando la vejez, la enfermedad, la confusión. Escapando de la vida.

¿Cuánta energía gastamos, yendo en contra de nuestro bioritmo, cuánto stress negando nuestras pérdidas y dudas?

Está claro, la vida del planeta y del cosmos no fluye en una línea recta y ascendente, tiene ciclos, momentos de estabilidad, de creación, destrucción y nosotros, los seres humanos, como un brote más del universo estamos inmersos en los mismos flujos.

La cuestión es si acaso es posible plantear un modelo que se sintonice más al modo en que los eventos fluyen en el cosmos. El antiguo pensamiento Chino plantea que hay una pauta de cambio que es aplicable a cualquier transformación, el devenir del universo, el crecimiento de la vegetación, el desarrollo de un ser humano. Este es el modelo espiral y utilizaremos para explicarlo la metáfora del crecimiento de un árbol.⁽¹¹⁾

Así como el árbol transita por la primavera, verano, otoño, invierno para volver a la primavera, así, toda transformación es cíclica a cualquier nivel, se está siempre retornando y repasando estados anteriores. Estados pujantes, creativos, quietos, de pérdida y confusión estarán circulando en el movimiento psíquico, biológico, mineral, social.

Este transitar no es, sin embargo, un ciclo cerrado. Cada primavera es diferente de la anterior puesto que contiene la experiencia del verano, otoño e invierno que la precedieron. Así cada estado deja una huella que permitirá al posterior una expresión más compleja y consciente.

En este sentido no hay fracaso ni fin. Cada estado, por muy retrógrado que parezca está dejando algo, experiencia acumulada, sabiduría.

11. Esta cosmovisión es expresada en el I Ching.

En este sentido nunca tropezamos con la misma piedra, aunque aparentemente lo sea, la octava vez es distinta de la novena pues contiene otros ciclos de experiencias intermedias. Ahora, evidentemente mientras más conscientes seamos de lo que nos aporta cada experiencia, mientras más despiertos vivamos la vida el efecto evolutivo es exponencial.

La imagen que obtenemos con esto es un modelo espiral, en que cada vuelta es más amplia y/o elevada que la anterior.

El modelo espiral tiene la ventaja de ser una síntesis de los dos anteriores al incorporar el elemento circular y, al mismo tiempo, el elemento vertical o direccional.

El devenir universal, humano, contiene y seguirá transitando por tiempo de siembra y cosecha. El tiempo de soltar, dejar ir, perder no constituye un fracaso, sino una vivencia en la espiral de la vida

Nuestra cultura, al negar o reprimir estos estados e interpretarlos como fracasos sólo logra más sufrimiento, procesos reprimidos, vidas trancadas impidiendo la riqueza de cada ciclo de vida y la evolución.

Negamos la vejez, el dolor, la pérdida, la duda y con esto sólo obtenemos más sufrimiento y tensión.

La aceptación de los ciclos, el aprendizaje que nos deja el regalo de la sabiduría y la expansión.

Así, utilizaremos el modelo espiral sosteniendo que este se asemeja más al modo en que fluye el cambio a todo nivel, y diremos que en el proceso de evolución espiral hay hitos que marcan cambios de estado tan profundos que podemos hablar de “cambios de orden”.

Cambios de orden en la espiral evolutiva

Entendemos por cambio de orden los hitos que constituyen una “complejificación” tan radical respecto del estado anterior que podemos afirmar que se trata de otra realidad, lo cual se refleja en el lenguaje, pues lo clasificamos de otra manera.

En el patrón general del ser humano hablamos de el bebé, la niña, la adolescente, la joven, la adulta, la adulta mayor, la anciana reconociendo estos cambios de orden; y aunque se trata de la misma persona la vamos reconociendo de distintas maneras en relación a los cambios vitales de su trayectoria.

Percibimos estos cambios de orden en la espiral de nuestras vidas cuando hacemos procesos radicales, que transforman nuestra conciencia a tal magnitud que podemos afirmar que “ya no

somos los mismos". Marlo Morgan en su libro *Voces del desierto*⁽¹²⁾ narra cómo en el grupo australiano con el que convivió, las personas incluso cambian de nombre cuando perciben alguno de estos virajes profundos en su vida.

Los cambios de orden son evidentemente, fruto de un proceso anterior que en algún momento "estalla". Cuando brota una semilla ya no le decimos semilla, sino planta. En este sentido el ritmo de los procesos evolutivos no es el mismo siempre, esto lo podemos percibir en nuestras vidas, hay tiempos más tranquilos y estables y otros, de acelerado cambio.

Los momentos críticos y a veces dolorosos de los cambios de orden son las transiciones, esos puntos de inflexión en que abandonamos el estado anterior, sin haber estabilizado el posterior. Son momentos difíciles que requieren de la osadía de lanzarnos hacia un abismo que no sabemos adonde nos llevará.

Sólo sentimos el imperativo de dejar atrás, por riesgoso que sea lo que venga. La sensación de que tocamos techo y ya no podemos seguir habitando la misma casa.

La evolución está permanentemente despertando esta inquietud, a todo nivel, en todos los reinos, de romper las fronteras para expandir la

12. Los conceptos circulares de la vida, la integración a la naturaleza están amena y bellamente narrados en esta convivencia de la autora con el grupo nativo australiano.

expresión presente. Es una fuerza intrínseca que lleva al feto a salir del útero, a los mamíferos ancestrales a subir a los árboles, a las moléculas a romper enlaces para generar nuevas combinaciones y a cada uno de nosotros a romper los límites presentes, para abrir algo aunque no sepamos precisamente qué.

Dentro de la evolución terrestre podemos hablar de algunos hitos radicales: El estado inicial del universo, que según las mitologías rompe un estado inicial de "vacío", o "silencio", el surgimiento de lo mineral, vegetal, animal, humano.

Así, podríamos ordenar sobre una espiral diciendo que en el centro tenemos al universo primigenio que se enfría, gesta enlaces hasta que tenemos al reino mineral.

Este va de configuraciones "simples" hasta otras más complejas, núcleos de átomos, átomos, moléculas, megamoléculas hasta que brotan las células que expresan una complejidad tanto mayor que podemos hablar de un cambio de orden.

A partir de éstas se expresan los reinos vegetal y animal. Al comienzo su expresión es semejante, pero con el tiempo los animales irán gestando un sistema nervioso que los hará psíquicamente más complejos, sensibles y libres que los vegetales

Los mamíferos primates evolucionan hasta que un nuevo cambio de orden ocurre cuando brota la autoconciencia, lo que llamamos "humano".

Aquí diremos que los tiempos actuales son evolutivamente vitales pues estamos ante un nuevo cambio radical, la conciencia sistémica, o aquella que concibe a la individualidad como parte de una red, el ser humano que se ve entramado con todos y todo y actúa coherentemente con esto para transitar luego a la conciencia holística.

Esto puede representarse en una espiral con 5 hitos, cada uno representando una expansión respecto del anterior.

EN SÍNTESIS

1. Visualizamos al cosmos como una unidad holística, el todo está en cada "parte".
2. El universo como una expresión mental en el sentido que actúa y se organiza de acuerdo a pautas y procedimientos coherentes entre lo micro y lo macro cósmico.
3. Sistémico, hay un equilibrio entre la auto-expresión y la coordinación global del todo.
4. El universo es diverso, la unidad se fundamenta en la integración de la diferencia que permite la sincronización, el movimiento y la evolución.
5. Es incluyente, en él cabe toda la diversidad

existente. En este sentido decimos que uno de los elementos básicos de la ética del universo, es la comprensión, aceptación, integración, inclusión; en suma el amor incondicional.

6. El universo está en permanente transformación sincrónica. Evoluciona.
7. La evolución tiende a la complejidad. Tras la “complejificación” de las formas se “oculta” la tendencia a la expansión de la conciencia. Este es el eje de la evolución y el sentido en que se mueven las transformaciones a todo nivel.
8. Las sucesivas oleadas “complejificadoras” y de ascenso de conciencia que se expresan en lo mineral, vegetal, animal y humano llevan a un orden estratificado en que podemos reconocer distintos niveles de conciencia y complejidad.
9. El universo actúa integrando, los niveles más complejos incluyen a los más simples.
10. La forma que toma la transformación en el cosmos es cíclica y ascendente, o expansiva. Podemos visualizarla a través de la forma espiral.
11. Finalmente, todo es expresión de un sólo principio, en este sentido Todo es Uno. Todos somos Uno.

CAPÍTULO 3

EL SENDERO DE LA NATURALEZA

La naturaleza despliega el lenguaje oculto en la semilla con una inteligencia metafórica.

Desenrolla los mitos originales y los repite ritualmente en uno y otro nivel. Una y otra vez las fuerzas constructoras, conservadoras y destructoras irán gestando el mundo en una alquimia semejante a la del druida y su caldero, a la del embrión en la matriz...

Una y otra vez estas mismas fuerzas irán gestando la historia de nuestras vidas.

1. LA CONCIENCIA COLECTIVA DE LA NATURALEZA

Entendemos a la conciencia colectiva como aquella que abarca y condiciona la manifestación de los reinos en un todo. Se trata de una gran mente autoregulada en que es ella misma una individualidad (de indivisible), un todo inteligente o una "gran alma". La naturaleza como mente colectiva, da las pautas de expresión a las múltiples existencias que en ella se expresan, los minerales, vegetales y animales.

Como un todo concertado, evoluciona hacia formas de expresión más complejas, sensibles

y ricas en expresión. Todos los seres que bajo su manto evolucionan, si bien van, a través de millones y millones de años acrecentando su percepción del mundo y su actuación en él, no llegan a la manifestación personalizada, nunca se apartan de la ruta natural y por ello, no se equivocan.

El error individual es un privilegio humano.

Desde este punto de vista, cada reino, es fruto de la expresión del alma colectiva que da la pauta a ese reino en particular. Los cuarzos son expresión de un modo particular; así también las araucarias y los pumas, hay una organización, una inteligencia colectiva que se expresa a través de ellos.

Quizás resulte extraño hablar de conciencia cuando nos referimos a la naturaleza, sin embargo, desde la óptica que sustentamos aquí, ésta como entidad sistémica, piensa, no en el sentido en que habitualmente lo entendemos, es decir no reflexiona a través del lenguaje, ni crea ideas, o formas mentales, sino que expresa su pensamiento en las pautas, el orden y el fluir coordinado en que actúan estos reinos. Las selvas, los mares, las cordilleras, los desiertos con su pulular de vidas son el lenguaje de la naturaleza.

En el entrelazamiento ecológico, en las rela-

ciones, en el equilibrio inestable, en ese todo armónico y en permanente movimiento que es el cosmos se verifica la manifestación de una conciencia que actúa sincronizada e inteligentemente.

La característica básica de esta esfera de la conciencia es que abarca, obliga, define y determina la acción de los seres que en su cobijo viven. La expresión personal es mínima, así, las langostas de un tipo, se comportan de un modo muy semejante y preestablecido, los gatos maullan igual en cualquier parte del mundo.

A medida que evolucionan los reinos la tendencia a la expresión personal va a ir en una progresión, verificamos más expresión única en los perros que en el lapislázuli, aunque ambos estén amparados por una inteligencia colectiva.

Haciendo una analogía con el nivel humano podríamos afirmar que en los niveles más básicos el ser humano subyuga su conciencia a la de la masa, es uno más en la mentalidad predominante de su tiempo, se mueve tomado por los impulsos prevalecientes en el momento, mantiene el status quo, no por opción personal, sino porque su pensamiento está inmerso en la cultura predominante. El ejemplo más extremo de esto son

los comportamientos colectivos en un evento deportivo, o un recital en que la “masa humana” se mueve como una gran individualidad y donde las personas como unidades conscientes no aparecen.

En un nivel menos extremo, se sitúan las modas, o los esquemas y valores sustentados porque “todos lo hacen”, o porque “así me lo enseñaron”.

En cambio, en las dimensiones más amplias, el ser humano se cuestiona, crea, es capaz de actuar guiado por su conciencia personal, se libera del yugo masivo de la mentalidad prevaleciente. Las personas que han impulsado la evolución humana han sido muchas veces rechazadas por la humanidad de su tiempo por salirse del esquema de como “deberían ser” las cosas.

En el arte, en la ciencia los impulsores evolutivos dan visiones que se elevan más allá, que representan una ampliación de los esquemas vigentes y por ello, el rechazo de la gran mayoría que yace en la comodidad del pensamiento colectivo sin cuestionarse. Es sintomático el hecho que los grandes guías espirituales, Buda, Jesús, Lao Tsé y otros, fueron reconocidos y seguidos por muy pocos mientras vivieron.

En este sentido podemos afirmar que el vector de la libertad y la creatividad personal se acre-

cienta en la medida que se expande la conciencia.

A mayor conciencia, mayor capacidad de auto-expresarse, de Ser impulsado por el eje interno, mayor libertad y creatividad en la expresión de sí.

En este capítulo recorreremos y reflexionaremos sobre la evolución de los reinos que abarca la conciencia colectiva, beberemos de sus enseñanzas, intentaremos escuchar algunos de sus mensajes de sabiduría y nos maravillaremos con la coherencia y coordinación de su historia.

Haremos también alcances acerca de algunas congruencias que encontramos entre ciencia, mitología y filosofías espirituales con el objeto de tender puentes hacia una visión global teniendo en cuenta que concebimos a todas estas como distintos lenguajes para expresar el acercamiento humano a los misterios del mundo.

2. LOS ORÍGENES

Unidad esencial

El universo primordial es, de acuerdo a la imagen que nos entregan los astrofísicos una especie de "mar vibracional" homogéneo, denso, caliente de partículas y ondas cuánticas. A este estado básico le llamamos Big Bang.

Al decir de Hubert Reeves, el universo “sólo es un caldo de materia informe a una temperatura de miles de millones de grados” (1997, 23), un espacio de energía homogéneamente distribuida. No hay átomos ni núcleos de átomos, la elevada temperatura no permite que se produzcan enlaces de partículas, allí está la materia prima en su estado más elemental. Podemos imaginarlo como una sopa de letras, afirma Reeves, que serían las partículas elementales, estas se irán secuencialmente uniendo para formar palabras y luego frases, párrafos, capítulos, libros con las claves de organización del cosmos.

De este mar de energía primordial se irán gestando estados de organización creciente, galaxias, estrellas, planetas, agua, algas, animales y humanos.

Todos los reinos expresados físicamente se constituyen de lo mismo. La construcción universal se eleva desde este mundo vibratorio inmaterial que se irá engarzando en distintos niveles de complejidad en un átomo, en un mineral, en un árbol, en un animal, en el cuerpo humano. Si reducimos cualquier existencia física a lo más básico nos encontraremos con lo mismo: energía, vibración.

En este sentido podemos hablar de un sustrato común, de una sustancia común que

hace esencialmente Uno a todo lo que existe.

Una piedra, una flor o un ser humano son la manifestación en tiempo y espacio de una misma energía. Sus diferencias guardan relación con sus niveles de complejidad y conciencia, no con el sustrato básico que las conforma.

La búsqueda de una sustancia fundamental, esencia de todo es antigua en la intuición humana y constituye una búsqueda milenaria en el pensamiento de la humanidad.

En Grecia los filósofos de la naturaleza, presocráticos de los siglos sexto y quinto A.C. se ocuparon de esto, en el mismo tiempo, en China, Lao Tsé legó la idea de una esencia común, el Tao.

“En el vacío, inmóvil y sin forma, algo fue, antes que el Cielo y la Tierra. Silente, inmutable, que todo lo abarca, sin agotarse dio vida a todos los seres. Se denomina Tao.” (Tao Te Ching).

En la misma época el Buda, en el Norte de la India enseñaba el samadhi como un estado de iluminación en que la conciencia se sumía en la unidad esencial.

Este concepto, es propio de las tradiciones místicas que contemplan al universo como la

manifestación en diversidad de una esencia Una; el Tao, el Gran espíritu, Brahman como fuerzas esenciales que sostienen al cosmos. Se acercan al concepto de un campo unificado de energías que brota desde la ciencia. Aún cuando la última se refiere a una unidad de las energías físicas y las tradiciones se refieren a una Unidad esencial.

Para estas tradiciones las diferencias entre una existencia y otra, entre un reino y otro es sólo una diferencia en cuanto al nivel de conciencia, es decir a su desarrollo en el tiempo, no en cuanto a su esencia. Más allá de la forma, más allá del nivel de conciencia, todo es Uno.

Todo nace de la misma fuente esencial y retorna a ella.

El sentido básico de las tradiciones religiosas es llevar al ser humano a la conciencia de la Unidad esencial, de aquel ámbito en que desaparecen las distancias, el tiempo, las fronteras, en que es posible el Amor que enseñó Jesús, la integración por sobre las diferencias, la solidaridad, la compasión de que habla el Buda, las relaciones armónicas con la naturaleza Viva bajo el manto del Gran espíritu que enseñan los pueblos ligados a la tierra.

Esta idea de Unión esencial es expresada por Jesús a través del Amor como valor supremo, amar al prójimo como a sí mismo, o amar in-

cluso a nuestros enemigos es expandirse a un ámbito en que yo y el otro nos encontramos en lo esencial, allí desaparecen las distancias, los conflictos, se Es Uno con el otro.

La iluminación, la comunión mística representa una expansión de la conciencia a este estado de Ser en que desaparecen las diferencias y nos hacemos Uno con todos los seres.

Desde antiguos tiempos se describen experiencias de este tipo, experiencias que una vez vividas cambian el modo de ver el mundo. Esta es una característica de cualquier vivencia de expansión de conciencia, ya sea la de un místico, la de un músico o la que llevó a Einstein a formular la teoría de la relatividad: son vivencias integrales, cognitivas, que llevan a un nuevo modo de ver, entender y vivir la vida. No se trata de una "idea interesante" leída en un libro, o captada en una conversación, sino de una vivencia total que nos transforma.

"Quien se ve a si mismo en todos los seres y a todos los seres en sí mismo, entra en el más alto Brahma" se sostiene en los Upanishads.

En el origen, el vacío, la palabra y la luz

El Big Bang es el horizonte de la ciencia hacia atrás en el tiempo y el espacio, un universo inorganizado, caótico, lleno de vitalidad desde el cual se alzarán posteriormente la diversidad y el orden. “Más atrás” de esto las leyes físicas no operan, la ciencia no responde, sin embargo, desde tiempos prehistóricos, el ser humano eleva su vista al cielo y arrobado ante el misterio se pregunta qué hubo antes, de dónde, de qué emergió el universo.

Tradiciones, mitos, relatos traspasados de generación en generación, de boca a oído, dan cuenta de las intuiciones humanas respecto del origen. Constituyen el gran archivo del conocimiento de antiguos pueblos, de mentes que pudieron alzarse y Ver y traspasaron su conocimiento a través de narraciones en lenguaje metafórico, a veces semejantes a cuentos infantiles, o poemas abstractos. Cada pueblo y cultura cuenta con su propia mitología del origen del universo, de la vida y del ser humano, todas son diferentes y, sin embargo, traspasando la cáscara de la historia misma nos encontramos con que los procesos narrados son semejantes e incluso se hacen cada vez más vigentes a la luz de los actuales planteamientos de la ciencia.

Muchas mitologías de origen aluden a un estado de vacío o caos del cual emerge un estado de luz, y organización del universo. Coinciden con la ciencia en la visión de un estado simple que evoluciona hacia la complejidad.

Este estado de vacío es representado frecuentemente por la oscuridad, las aguas primordiales, inorganizadas que al recibir el impulso de la Palabra, entran en actividad gestando al universo.

En el Génesis Judeo-cristiano se afirma que:

“La tierra estaba desordenada y vacía, y las tinieblas estaban sobre la faz del abismo, y el espíritu de Dios se movía sobre la faz de las aguas. Y dijo Dios: sea la luz, y fue la luz” (1960).

En el abismo primordial, Dios hace vibrar la palabra. Ésta adquiere toda su fuerza transformadora, no se trata del hablar común, sino que de una vibración impregnada de la voluntad de Crear. Así, gesta al universo.

En el ritual mágico religioso, el lenguaje, sonidos o gestos son transmutados en potencias mágicas, capaces de suscitar en los participantes, y en el mundo, cambios. Las palabras pronunciadas en este ámbito desencadenan potencias del

mundo inconsciente, intangible y son consideradas en el entrenamiento iniciático de las Altas Culturas, América, Egipto, India como poderes altamente secretos e incluso peligrosos que son entregados al discípulo sólo después de muchos años de prueba. Probablemente desde el paleolítico integrada a los rituales, más tarde aparece en los mantras de las meditaciones yóguicas, o en las invocaciones de los rituales en las diferentes religiones. Es así como una postura de las manos, o una frase que en la vida cotidiana no tiene un significado especial, pronunciada en el ámbito ceremonial adquiere una significación que produce mutaciones en el estado psíquico de los participantes.⁽¹⁾

Los conjuros, las palabras mágicas de las hadas en los cuentos infantiles se remiten a este tipo de experiencia.

La palabra es percibida aquí ya no en su significado textual, sino como una vibración poderosa e intencionada, es decir portadora de un plan de acción que producirá determinados efectos. Es en este ámbito que pueden ser entendidas las palabras creadoras del inicio del universo.

Se reconoce la existencia de una Voluntad, o de un estado replegado pleno de la pauta que se

1. Mircea Eliade en su libro *La historia de las creencias* toca este tema.

desplegará en el universo. La palabra primordial contiene la potencia y la pauta del cosmos. El pensamiento que deviene de los Vedas Indos, afirma que en la base del universo hay una vibración, vocalizada a nivel auditivo por el AUM, ésta es la potencia creadora esencial que generó y sostiene a los mundos, si por un momento ésta dejara de animar a todo lo que existe, los mundos se desintegrarían y se replegarían a la inexistencia.

“Todo era invisible, todo estaba inmóvil en el cielo. No existía nada edificado... Solamente la inmovilidad, el silencio, en las tinieblas, en la noche... Entonces vino la palabra... “Tierra” dijeron y en seguida nació” se sostiene en el Popol Vuh Maya.

En el Rig-Veda de la India:

“Reinaban las tinieblas, y todo al principio estaba velado

En obscuridad profunda: un océano sin luz;
El germen hasta entonces oculto en la envoltura
hace brotar una naturaleza del férvido calor.”

Nuevamente la idea de vacío, “un océano sin luz”.

El germen oculto, que como semilla se despliega y brota en “férvido calor”, lo cual coincide con las descripciones del universo caliente del Big Bang.

En suma, las intuiciones milenarias apuntan a un estado inmanifestado pleno de potencia germinal desde el cual se desarrolló el universo.

Hay Nada, sin embargo en esa Nada está la potencia toda del devenir universal.

Podríamos imaginar ese estado precuántico como un lago en total reposo, el cual en un momento por algún motivo, comienza a ondular y a gestar procesos vitales de mayor y mayor complejidad. Se ha utilizado la imagen del universo en expansión como una arruga vibrante en el océano cuántico primordial.⁽²⁾

Desde esta visión, paradójicamente, el origen de Todo sería el Vacío. El origen del 1, el 0; de la materia, lo inmaterial; del movimiento, el reposo; de la palabra, el silencio; del hacer, el Ser.

Al hablar de Vacío o Nada lo estamos haciendo desde el punto de observación del universo manifestado, como cuando vemos a alguien dormir. Desde el punto de vista del que lo está mirando,

2. El Dr. Deepak Chopra da esta imagen al hablar de la realidad cuántica.

la persona que duerme está en un estado de Nada, más la persona puede estar soñando y desde su propia visión está en plena actividad.

Lo mismo podemos decir del Vacío primordial del universo, es Nada desde nuestra observación, sin embargo ese Nada puede estar lleno de potencia y actividad interna, de actividad mental no manifiesta. Ese vacío podría estar entonces fraguando el proyecto cósmico aún no desplegado.

Si lo miramos así, analógicamente, podríamos decir, por ejemplo, que cuando hablamos de muerte en realidad estamos aludiendo a un estado de no manifestación en el mundo físico, pero pleno de acción en otras dimensiones.

Pulso cósmico

Los estados inmanifiesto y manifiesto del universo constituyen un pulso, hacia adentro y hacia afuera, es el pulso macrocósmico que se repite en todos los niveles.

El latido del corazón, el pestañeo de los ojos, la vibración de los átomos, las olas del mar que se repliegan y expanden, el día y la noche, los ciclos de dormir y despertar, el invierno y verano, nacer y morir son pulsaciones, metáforas de las fuerzas interiorizadoras y exteriorizadoras del

cosmos. Así, todo pulsa, nuestros estados mentales, emocionales, nuestras relaciones afectivas y los ciclos históricos.

Sólo el ser humano tiene la libertad de oponerse al pulso natural de la vida y con ello generar desequilibrios y sufrimientos innecesarios. Retomar libremente el pulso natural que nos contiene es dar un paso hacia la sanación global del planeta.

La armonía psicofísica tiene mucho que ver con permitir el pulsar de nuestro cuerpo y psiquis y la enfermedad se relaciona con la pérdida de un ritmo armónico de vida. En la vida social, familiar, de pareja, incluso en una conversación se da el mismo pulso, tiempos de acercarse, de alejarse, de abrirse, de cerrarse.

Sensibilizarse, y permitir que estos cambios ocurran, sabiendo que todo termina para volver a comenzar de una nueva manera es moverse al compás de la vida como Es, aceptándola en vez de oponerse a los ciclos en el intento de sostener los estados inmóviles y fijos.

Ahora bien, este es un tema especialmente delicado en el estilo de vida occidental, en que la sobreexigencia y la sobreactividad, la vida concebida como una línea recta sin ciclos ni

desvíos nos ha llevado a crear una brecha enorme con los ritmos naturales. La sobreactividad mental y física genera un estado de movimiento continuo, interno y externo que no nos permite tener la receptividad, la quietud necesaria para escucharnos y cobijar nuestros estados. Muchas veces ni siquiera nos percatamos de que estamos cansados, o que necesitamos un cambio de ritmo de vida, hasta que nos enfermamos o nos pasa algo que nos lleva a cuestionarnos.

Enseñamos a nuestros niños y jóvenes a hacer y hacer y no les damos el espacio para ser, para acallarse y contactarse con su interioridad. Los espacios de soledad, de quietud, de contemplación son considerados como pérdida de tiempo, sin embargo es la misma naturaleza la que nos da el mensaje de que cualquier acto va precedido de una interiorización. Hacia adentro, hacia afuera son dos gestos básicos del cosmos y una vida sin encuentro interior es una vida sin expresión personal, sin sustancia, sin esencia.

El contacto interno, la reflexión, la contemplación que precede a la acción lleva a que ésta sea la expresión viva y pulsante de nuestra esencia y no sólo de las formas de pensamiento colectivo.

Otro de los aspectos que en nuestras sociedades atenta contra un vivir rítmico es que hemos aprendido a vivir con miedo, en la idea de que si no tenemos todas las variables controladas puede desmoronarse aquello que en un momento logramos. Vivimos aferrados a la juventud, al dinero, a un estado de pareja, de relación familiar; apretados, negando nuestra naturaleza en el vano intento de que nada cambie. Le tememos a las crisis, a la confusión y con ello sólo conseguimos más tensión, dureza, rigidez. Ya lo dice la sabiduría humana hace milenios en el *eclesiastés*:

“Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora.

Tiempo de nacer, y tiempo de morir; tiempo de plantar, y tiempo de arrancar lo plantado.

Tiempo de esparcir piedras, y tiempo de juntar piedras; tiempo de abrazar, y tiempo de abstenerse de abrazar; tiempo de buscar, y tiempo de perder; tiempo de guardar, y tiempo de desechar” (1960).

La manera de que una relación perdure en el tiempo es que se vaya ajustando y aceptando los cambios. Intentar una relación estática lleva a una inmovilidad que genera explosiones y rupturas por ahogo.

Hemos llegado a un punto tal de negación de nuestro bio y psicorritmo que ya ni siquiera podemos percatarnos de ellos.⁽³⁾ El camino de vuelta en este sentido es volver a escucharnos a nosotros mismos, a nuestras necesidades de actividad o repliegue, ablandarnos, flexibilizarnos y estar dispuestos a Vivir en una confianza total, sumisos a las fuerzas que mueven a nuestro Ser.

Esto es básico en una medicina preventiva, muchas enfermedades podrían evitarse si nos sintiéramos y actuáramos a tiempo.

Nuestra psiquis, los flujos corporales son distintos en invierno y verano, en luna llena y en menguante, las culturas que no habían perdido sintonía con la naturaleza bien sabían esto y ajustaban sus actividades a estos ritmos. En estas sociedades, las mujeres como encarnación del pulso biológico-cósmico que se da entre los ciclos lunares y menstruales, sostenían el ritmo cíclico del vivir del grupo. Los ciclos femeninos no eran ocultados ni negados, como ocurre en nuestra cultura. Los rituales en relación a la menstruación y la tierra, la posibilidad que en algunas sociedades se daba a las mujeres de alejarse en esos días de sus labores cotidianas marcaban el ritmo grupal.

3. En uno de los capítulos finales del libro Sabiduría insólita Capra trata sobre un diálogo sostenido por expertos venidos de distintas áreas en temas de salud integral.

Quizás si el pulso que lleva la mujer en su naturaleza más íntima sea una de las grandes contribuciones que pueda hacer lo femenino en nuestros tiempos. No es negando, sino exaltando lo propiamente femenino que podremos contribuir con ritmo, pausa, acción, a una vida más armónica en una cultura que niega el fluir cíclico.

3. DESDE EL CIELO A LA TIERRA

En segundos el universo se irá enfriando y bajo la tutela de las 4 fuerzas reconocidas por la física se orquestrará la reunión de partículas, átomos, moléculas y grandes conjuntos celestes. Estas 4 fuerzas actúan como pautas rectoras, como leyes presentes en todo nivel. En base a ellas la naturaleza ejecuta la partitura del cosmos, éstas actúan como pautas mentales inscritas en la esencia de todos los procesos. Son algo así como barandas que marcan el rumbo del cosmos, que acotan sus procedimientos, que ordenan cual si desde un mundo no visible emergiera un orden que está allí, latente, invisible, detrás del escenario.

En algunos millones de años la acción de esas fuerzas irá gestando grandes nucleamientos locales de energía en el universo, éste deja de ser

homogéneo y se diferencia, surgen las galaxias, como islas cósmicas, como grumos en la sopa elemental.

En el universo hay miles de millones de galaxias y en cada una de ellas hay miles de millones de estrellas como nuestro Sol.

Las estrellas, mil millones de años después del Big Bang, serán el escenario donde continuará el proceso de evolución y diferenciación de la materia. En las estrellas primitivas se producirán enlaces atómicos más complejos, allí, como en un laboratorio químico, se fraguarán los átomos y moléculas que luego serán utilizados en la constitución de otras estrellas y cuerpos celestes más complejos.

El ciclo vital de las estrellas mayores concluye con una gran explosión que produce una luminosidad de mil soles, lo que llamamos una supernova. En esta explosión final entrega todo aquello que elaboró en su seno por miles de millones de años. Esos elementos quedarán libres en el espacio para formar parte de otros cuerpos celestes. Así es como su aparente muerte se transforma en trascendencia y pasa a formar parte de todo el cosmos.

Los átomos que conforman la materia prima de la tierra, de los minerales, vegetales y cuerpo humano se gestaron en aquellas estrellas. En

verdad estamos hechos de “polvo de estrellas”.

La estrella que nos da vida, el Sol, tiene alrededor de 4.500 millones de años, es relativamente joven y se formó a partir de elementos elaborados en las estrellas primitivas. A diferencia de muchas otras estrellas, cobija y viaja en el espacio con una ronda de planetas entre los cuales se cuenta nuestro hogar.

La evolución terrestre en un día

Hubert Reeves traslada a un día la evolución de la tierra. Supongamos que el planeta nace a las 0 horas; a las 4 algas y bacterias surgen en los mares; hacia las 18, moluscos y crustáceos; hacia las 23 horas, los dinosaurios reinan en la tierra y se extinguen 40 minutos después. En los 20 minutos siguientes evolucionan los mamíferos, a las 23:50 aparecen los primeros primates, sus cerebros se triplican cuando falta un minuto para las 24 horas, allí, en los últimos 60 segundos, emerge el ser humano.

4. EL REINO MINERAL

La corteza terrestre

La tierra en sus inicios fue una bola de fuego incandescente que lentamente se fue enfriando y gestando enlaces moleculares más complejos. Así como a la sopa se le forma una capa más gruesa al bajar la temperatura, así al planeta se le fue formando una capa exterior más sólida. Al comienzo ésta fue delgada, como la cáscara de una manzana y, al irse enfriando, más gruesa, como la de una naranja, esto es lo que llamamos la corteza terrestre.

La corteza es una capa sólida de minerales que recubre el centro ígneo, que cual un gran caldero constituye el centro vital, el corazón del planeta. Este centro de fuego en torno al cual se moldea la forma del planeta es vitalidad, movimiento, es lo que impulsa una dinámica interior que permite gestar cambios telúricos, desplazamientos, variaciones climáticas que son vitales en la evolución. La actividad del centro de la tierra va cambiando las condiciones de la superficie y, con ello, obligando a la naturaleza a ir evolucionando para adaptarse.

Este centro de la tierra es análogo al núcleo del átomo, al Sol como centro del sistema solar, al corazón como centro del sistema circulatorio, al cerebro como centro del sistema sensible y pensante. Esto nos lleva a pensar que toda existencia tiene un núcleo que por un lado integra y coordina su existencia y por otro, moviliza e impulsa las transformaciones evolutivas. En el ser humano podríamos hablar de un centro psíquico, el alma, que nos contiene e impulsa permanentemente a trascender el estado actual para erguirnos más allá de lo que hoy estamos siendo.

Es inspirador pensar que al andar sobre la arena o la hierba lo estamos haciendo sobre un núcleo de fuego que exhala su energía hacia la superficie. Conectar mental y sensorialmente con él a través de la planta de los pies visualizándolo, nutriéndonos de ese calor, atrayendo vitalidad, apreciando su existencia reencanta y energiza uno de los actos más simples y cotidianos: caminar.

Los minerales son unidades organizadas inteligentemente, con una pauta que les es propia. Estas pautas, como hemos dicho antes, son colectivas

y abarcan obligando a todos los minerales de un tipo específico.

Por mucho tiempo se ha pensado en ellos como entidades inertes a las cuales muchas veces, por ser aparentemente estáticas miramos desinteresadamente. Esta es una óptica típicamente racionalista, objetiva en que miramos a “lo otro” como objetos exteriores sin relación con nosotros, como si un borde impenetrable nos separara.

Antiguas culturas, sin embargo, se acercaban a los minerales como a seres vibrantes en los que percibían diferentes tipos de emanación de acuerdo al color y otros factores, utilizándolos con fines curativos. Es un conocimiento que está siendo recuperado a través de la gemoterapia y el estudio del efecto de las piedras en las vibraciones humanas.

Hay hipótesis que plantean que los huesos se deforman (en la artritis o artrosis, por ejemplo) porque por la interferencia de emociones o pensamientos dañinos “olvidan” la pauta que les da su forma. A través del contacto con determinadas piedras se intenta restablecer el orden molecular, sanándolo.

Estos son mundos a investigar, sin embargo lo que está claro a partir de los desarrollos de la física de partículas es que éstas vibran, intercambian, pulsan. Es decir que en los minerales

tenemos a un reino pleno de actividad en lo microcósmico y que no son en absoluto entidades inertes como nos informan la limitación de nuestros sentidos visuales y auditivos. En lo infinitesimalmente pequeño, los minerales se mueven y emiten “sonidos” o vibraciones que afectan a nuestros átomos y moléculas, es decir que interactúan con nuestro cuerpo a ese nivel.⁽⁴⁾

Esta idea nos entrelaza con las piedras y las cordilleras de ser vivo a ser vivo con los cuales podemos intercambiar, nutrirnos y ser nutridos. La experiencia de tener una piedra en la mano se convierte en una posibilidad de interconectarnos, sintonizarnos y percibir otras dimensiones de la existencia.

5. EL MUNDO CELULAR

Las primeras células datan de unos 3.000 millones de años, su existencia generó un cambio fundamental en la tierra, aquello que llamamos “vida”. Las células se reproducen, fabrican e intercambian energía, evolucionan en el ciclo vital, nacen, mueren. A simple vista el ámbito celular está más vivo, se transforma, se expresa más cabalmente que el mineral.

4. Para profundizar el tema del mundo mineral, de la aparición del orden a partir del caos y de la vitalidad de este reino, Ilya Prigogine. Nobel de química, en el año 1977.

Actualmente se piensa que las primeras células se gestan a partir de la evolución de megamoléculas que comienzan a reproducirse e intercambiar con el medio ambiente en zonas acuático-pantanosas. La vida celular se gesta el barro que la cobija como un útero terrestre.

Las moléculas que evolucionan hacia células están constituidas de carbono, hidrógeno, nitrógeno y oxígeno, elementos básicos en la formación de la vida. Ellos estaban presentes en otras combinaciones, como metano, hidrógeno y agua "flotando" en la atmósfera terrestre. El impacto de radiación solar ultravioleta, y otros violentos rayos los habrían disociado dejándolos libres para construir elementos más complejos, así surgen las moléculas orgánicas, base de la vida celular. Este proceso, de destrucción de enlaces para gestar otros más complejos es un ritual que la evolución repite una y otra vez. La destrucción de una forma abre el camino a nuevas opciones; así lo que parece el caos, el fin, no es sino la entrada a un estado de cosas más complejo y refinado.

Las moléculas que darían lugar a células, se forman en la atmósfera y comienzan a precipitar en las aguas de la tierra, donde quedan protegi-

das. “Llueven” sobre el planeta por más de 500 millones de años. Allí, en pantanos y lagos, en los mares comenzaría a bullir la vida celular que más tarde se desplegaría en todas las formas de vida biológica que habita la tierra, incluyéndonos a nosotros, los seres humanos.

Sobre el mundo mineral, y cubriendo al planeta de una capa biológica, la biosfera de que habla Teilhard de Chardin⁽⁵⁾. Esta capa viva representa un paso evolutivo hacia la complejidad, la diversidad, la síntesis, la creatividad tan prodigioso y radical que hablamos de un cambio de Orden, de lo mineral a lo biológico.

Este cambio es fácilmente discernible viéndolo desde hoy, en que el desarrollo del ámbito biológico es evidente; cómo no darse cuenta de la evolución que representa la malla viva de los pululantes reinos biológicos sobre las rocas. Desde los vegetales y animales rastreamos hacia atrás hasta dar con esos procesos claves que son el traspaso de un reino a otro. Sin embargo, cuando esto está ocurriendo no es fácil discernir, los cambios son intangibles y no se sabe adonde llevarán.

5. En El fenómeno humano.

Como el niño que avanza hacia la pubertad, lo hace en una compleja transformación de la cual no nos damos cuenta hasta que ya está medianamente asentada, así todo cambio, por muy profundo y radical que llegue a ser, comienza imperceptiblemente, silenciosamente, como la gestación del embrión en el útero, de la cual ni siquiera la madre se entera en un principio.

Esto se aplica a los cambios personales, históricos y sociales. Para aquellos que vivieron en el siglo 1 no era fácil ver que entre los múltiples movimientos sociales y espirituales de su tiempo estaban asistiendo (o participando) de una transformación tan importante que cambiaría el curso de la historia y que más tarde le daríamos el nombre de Cristianismo.

Sólo los visionarios, los intuitivos se dan cuenta y por tanto, participan conscientemente impulsando, las grandes mutaciones en el momento que se producen.

Reproducción y creatividad

La reproducción, o sea la creación de nueva Vida acelera enormemente el proceso evolutivo.

Los minerales crean elementos nuevos por medio de la Organización, es decir con la mis-

ma materia prima combinada, por así decirlo, de distintas maneras. Su capacidad creativa se enmarca dentro de estos límites: organizarse de modos diferentes.

Las células extreman su capacidad de crear al punto de gestar nueva sustancia biológica, nuevas células que proliferarán, se diversificarán hasta convertirse en pastos, bosques y reptiles y mamíferos. Ya no se trata sólo de nuevas maneras de enlazarse, sino que de crear nuevas realidades, que antes no existían.

Esta capacidad más refinada de crear que expresa el mundo celular respecto del mineral es una constante en la evolución; mientras más complejidad, más capacidad de crear. Los seres más complejos y, por tanto con una percatación más amplia del mundo, contienen una potencialidad creativa más diversa, integran más elementos, no sólo se adaptan, sino que construyen nuevas realidades, como estas megamoléculas que darían origen a las células, como los mamíferos ancestrales que crearon la vida sobre los árboles dando a luz a los primates, como el ser humano que ha creado costumbres sociales, valores, creencias en las cuales habita.

Mientras más amplia es la conciencia, más diversa, sintética y potencialmente más creadora. Los grandes precursores de la evolución humana,

artistas, pensadores, constructores, científicos, místicos, políticos, sicólogos, han tenido esta capacidad creativa, constituyendo nuevos mundos por los cuales el grueso de la humanidad podrá después transitar.

Además, de un reino a otro la potencialidad creativa cambia su eje.

El eje de la creatividad mineral está en la construcción atómica, molecular y las diversas formas de organización que esta toma. El esfuerzo está puesto en crear nuevas formas de organizarse.

El eje de la creación biológica tiene que ver con la reproducción y la creación de una diversidad de seres vivientes que se integra en sistemas complejos como los organismos multicelulares en que la diversificación de órganos se integra en el funcionamiento total del organismo. La integración del cuerpo por ejemplo, el despliegue creativo para gestar los órganos y enlazarlos en un todo coherente, para que el hígado y el cerebro, las glándulas y los huesos actúan coordinadamente. Lo mismo puede decirse de los nichos ecológicos, de los sistemas vivos.

El eje de la creatividad en el ser humano está en el pensamiento, a través de él hemos creado la trama socio cultural que cubre al planeta. No es nuestra existencia corporal lo nuevo que hemos aportado, ésta no se diferencia mucho de los mamíferos ni de los primates. Son las creaciones sociales, culturales y personales cuyo instrumento es el pensar, en su más amplia acepción; entendimiento, imaginación, razón, intuición, aquello en lo cual se esfuerza nuestra peculiar creatividad.

En lo personal y lo colectivo nos creamos a nosotros mismos a través del pensamiento, nuestras actitudes mentales, el enfoque que le damos a nuestras experiencias irán modelando nuestras vidas e incluso afectarán a nuestro cuerpo.

La relación entre mente-cuerpo; salud-enfermedad y estado psíquico, es un estudio de punta en la medicina actual. La base de la curación en Hipócrates, "mente sano en cuerpo sano" está probando ser una realidad. Los estudios en psiconeuroinmunología, prueban cada vez con más certidumbre que hay una profunda relación entre la actividad del sistema inmunológico, nervioso,

hormonal y el estado psíquico. El stress, por ejemplo es un depresor del sistema inmunológico, por ello es mucho más posible enfermarnos cuando estamos estresados que cuando no lo estamos. Podemos decir que los seres humanos vamos creando nuestra biología con los pensamientos y actitudes mentales sostenidas en el tiempo.⁽⁶⁾

Ante una misma vivencia habrán distintas interpretaciones y ellas irán afectando a nuestras emociones y éstas al cuerpo. Vivir en el cielo o en el infierno es básicamente una cuestión de perspectiva, lo demuestran las personas que han vivido situaciones límites y sin embargo, a partir del sentido que han encontrado en ellas las han integrado como vivencias que les han ampliado, nutrido y transformado. Un accidente, un duelo, un inconveniente pueden ser interpretados como una carga, un impedimento, o como una oportunidad de ampliarse y comprender más. Vivir la vida como algo fácil o difícil, como una oportunidad o como una cárcel, es cuestión de enfoque mental. Las prisiones son nuestras, es cierto que nos las enseñan, pero nosotros las

6. Deepak Chopra trabaja ampliamente este tema.

conservamos y nosotros decidimos hasta cuando condicionarán nuestra libertad.

Hacerse cargo de esto es tomar la vida en nuestras manos y no acusar al destino o a las condiciones que se nos han presentado. Somos nosotros, cada uno quienes en cada momento optamos por la felicidad o la desgracia, la aceptación o la crítica. Somos nosotros quienes creamos nuestras vidas, nuestros cielos o infiernos. Y lo hacemos con el pensamiento. Al pensar, al imaginar, al recordar, al proyectar, al interpretar, creamos mundos, situaciones, estados. Al pensar nos creamos a nosotros mismos.

La obra de arte más importante de cada uno de nosotros, somos nosotros mismos.

El modo en que construimos la realidad colectiva, aquellos valores, creencias y actitudes que consideramos correctos son una creación mental socialmente compartida. A ello le llamamos cultura. El arte, la tecnología, la filosofía, los modos de organizarnos, el urbanismo, la economía, todo aquello nuevo que la humanidad ha aportado al planeta es pensamiento. El esfuerzo adaptativo ya no es biológico, sino cultural. Si el clima es muy frío no nos crece el pelo del cuerpo, sino que encendemos fuego, o creamos sistemas de calefacción.

Individualidad celular

La célula crea una membrana que la separa del medio y, al mismo tiempo, le permite interactuar con él.

Con esta membrana se individualiza, se centra en sí generando un medio interno y otro externo en una acción biológica de afirmar su existencia separada y diferenciada.

Es esta separación del mundo la que le va a permitir gestar procesos internos que la llevarán a fabricar su propia energía.

Como antes en las estrellas se dieron los procesos químicos en que se elaborarían los minerales del universo, ahora en su interior, cada célula, se aísla de la sopa molecular, encerrando sustancias químicas con que fabricará sustancias más complejas que le permitirán vivir y reproducirse.

Así en su interior, en un medio cerrado, la célula produce su propia vida.

Este es otro de los vectores que asciende con la evolución, la individualidad (de indivisible), la libertad.

En una vuelta posterior de la espiral evolutiva, al surgir el ser humano ocurrirá un acto análogo al de la membrana celular, sólo que en un nivel más complejo, el de la autoconciencia, el "yo" es

una membrana mental que nos separa del mundo y, también nos permite crear nuestra propia vida.

Asociación y especialización

Paradójicamente, al mismo tiempo que asciende la individualidad, lo hace la capacidad de imbricarse, de asociarse en sistemas más complejos.

Los organismos unicelulares darán lugar a los multicelulares. Las células se especializarán en diferentes funciones. La conducta exacta que se requiere de cada órgano para desempeñar su rol en el organismo mayor es un ejemplo extraordinario de coordinación de acciones particulares en pos de un objetivo que está más allá de la existencia individual y que tiene que ver con la subsistencia de todo el organismo.

En nuestro cuerpo, por ejemplo, los músculos, el hígado, el sistema circulatorio, las neuronas constituyen, cada uno, un mundo en sí, con sus características, modos de funcionar; su vida, sin embargo está entregada a la subsistencia del cuerpo y por tanto su propia existencia tiene un sentido que trasciende a su vida particular. Un estómago cobra sentido en la medida que se integra al cuerpo; a la pérdida de este sentido de colaboración le llamamos enfermedad.

Para que la colaboración se dé, sin embargo, es preciso que cada órgano sea lo que es, sin confundirse con el resto, sin desperfilarse, el hígado tiene que ser todo lo hígado que puede ser para coordinarse con el conjunto. Cuando un órgano se desperfila, pierde identidad, también hablamos de enfermedad.

El equilibrio móvil entre los órganos del cuerpo siendo lo que Son, ocupando el lugar preciso en el concierto corporal, sin excederse en sus funciones, sin abstenerse de ellas, definido y coordinado produce armonía sistémica, salud.

A nivel humano, podríamos decir que mientras más Persona (de per se) es un ser humano, menos resistencia hará a coordinarse con los otros sin necesidad de permanecer separado o de sentirse "especial". Es el ego con sus miedos, defensas, vanidades el que se resiste a formar parte de un conjunto mayor perdiendo su trono. Cuando se vive en la conciencia del todo mayor, todos son importantes para el propósito del gran organismo, sea este un cuerpo, un ecosistema, una organización humana, el planeta o el universo entero.

Núcleo y sexualidad

Hace mil millones de años las células comienzan a reproducirse sexualmente.

Esto requirió de un núcleo. Las células no nucleadas tienen el ADN flotando libre en el citoplasma, se dividen en dos y cada una de las células hijas es igual a la célula madre es algo así como ir reproduciendo una fotocopia de lo anterior, sin novedades, lo cual lleva a que la diversidad de formas vivas sea escasa.

Con la reproducción sexual la diversidad se dispara, la Vida prolifera, se diferencia, surgen multitud de especies distintas. Cada acto de reproducción implica dos células diferentes que aportan cada una, la mitad de su código genético dando a luz a un gameto único, nuevo, con una combinación genética propia, nunca antes existente. La posibilidad de complejidad aumenta, ya no se trata de una copia, sino de una combinación, con la posibilidad que se produzcan mutaciones, cambios en el proceso, dando lugar a la aparición de nuevas especies y tipos.

El núcleo de la célula tiene como función “guardar”, proteger al genoma. Es como un cofre que atesora la pauta genética. Esta contiene la síntesis

del proceso evolutivo, el código resultante de millones de años de experiencia, de adaptaciones, de extinciones, de mutaciones genéticas de la especie. Allí está la síntesis de lo logrado en la historia biológica del planeta.

El patrón genético contiene las instrucciones para “construir” al nuevo organismo, es resultado de las tentativas de la vida para adaptarse a medios cambiantes. La semilla de un alerce, por ejemplo, contiene potencialmente al árbol entero, con el extracto resultante de una historia milenaria, una historia que comienza en los mares, continua en los pantanos y de allí a tierra firme pasando por otras formas vegetales hasta llegar a la “receta” de eso que llamamos alerce.

La reproducción sexual implica a dos que se sintetizan en uno. Requiere de la dualidad, de la diferencia, de la integración de los opuestos en un nuevo ser.

El impulso sexual en su más amplia acepción, es esta necesidad de fusionarse con el otro gestando unidad. Es la necesidad humana básica de retorno al paraíso superando la separación. Es Eros, como fuerza atractiva uniendo a dos y haciéndolos Uno. Ya sea que estos dos sean una mujer y un hombre o un ser humano con la

naturaleza, o la mente con la divinidad.

Eros es una gran fuerza movilizadora de la evolución, es lo que lleva a unirnos y reunirnos en conjunciones más y más amplias y lo hace a través del gozo que esto nos genera.

Es la energía que nos liga a la pareja, a la familia, al grupo, a la nación, a la humanidad, al planeta. La misma que nos ligará a nuestra esencia.

El aporte del reino vegetal

El reino vegetal surge a partir de células que comienzan a realizar el proceso de fotosíntesis en las aguas.

Desde las más simples, medusas, esponjas, algas que evolucionaron por millones de años en el mar, hasta que impelidas a adaptarse a tierra firme por los movimientos de los mares, estuvieron preparadas para hacerlo. Tras millones de años los vegetales se adaptan a la tierra en forma de pastos, helechos, champiñones y luego árboles, bosques y por último flores que constituyen el último y máspreciado logro del reino vegetal hace unos 70 millones de años.

Los vegetales a través de la fotosíntesis cambiarán la atmósfera del planeta aportando el oxí-

geno necesario para la vida animal. Se adaptan a vivir en tierra firme millones de años antes que los animales, preparan el terreno, el ambiente oxigenado que los animales requerían.

Esta no es sino una más de las coordinaciones de la evolución. Cuyo proceso, visto a la distancia, resulta un movimiento orquestado, donde la acción de cada eslabón es necesaria para la expresión de los demás. Incluso los cientos de intentos fallidos, las especies extintas juegan un papel de experiencia y aprendizaje en él. No se trata por tanto de un proceso “perfecto”, “impeccable”, sino que a partir de la vida como es, con toda su diversidad, sus intentos, sus momentos de crisis y caos, hay una historia que contar desde nosotros, seres pensantes que somos fruto de todo ello.

El oxígeno permitirá además, la creación de la capa de ozono que actúa como un escudo protector del planeta dificultando la entrada de rayos cósmicos que serían dañinos para la vida biológica. La capa de ozono protegió la vida, puesto que los mismos rayos ultravioletas que en un momento fueron necesarios para gestarla, hubieran sido dañinos para conservarla. Las mismas especies vivas generan así las condiciones plane-

tarias que les permitirían seguir evolucionando.

El caos, la destrucción de las formas moleculares, producida por violentos rayos venidos del espacio fue adecuado en un momento en que era preciso destruir formas para gestar nuevas combinaciones, pero luego las condiciones estables serían necesarias para consolidar, desarrollar y evolucionar en el nuevo estado.

Esto puede ser analogizado con cualquier cambio; es preciso que actúen fuerzas destructoras para romper las formas anquilosadas, sean estas biológicas, psíquicas, culturales o sociales. Esto trae crisis, incertidumbre y en la vida humana, muchas veces la sensación de que todo ha terminado, sin embargo, nuevas fuerzas creativas, reestructuradoras entrarán en acción incitando a la creación de nuevos estados.

Así es como creación y destrucción son dos caras de la misma moneda, entre ellas dos reinan las fuerzas conservadoras que permiten establecer en condiciones estables aquello que acaba de surgir.

Además de aportarnos oxígeno, una capa vegetal nutricia a la tierra, el alimento a los animales y humanos, el reino vegetal nos ha solazado con su belleza, sus formas, colores y aromas. Nos

aporta una farmacia natural para curar al cuerpo y la mente, calmantes, sedantes, desinfectantes, todo está allí como un regalo para los demás seres vivos.

Las culturas ligadas a la tierra supieron y saben hacer uso equilibrado del don del mundo vegetal, incluso para abrir la percepción a realidades más allá del mundo físico con las plantas psicotrópicas. De ellas necesitamos reaprender el respeto, el cuidado, la veneración, la contemplación y el conocimiento del mundo vegetal como fuente de armonía física y psíquica.

6. REINO ANIMAL

Peces, protección al sistema nervioso, órgano de la conciencia

El reino animal se origina en células que hacían el proceso de respiración y evoluciona desde formas simples, multicelulares como medusas a peces primitivos.

Los peces representan un avance importante, ellos ya tienen los rudimentos que más tarde se “complejificarán” en mamíferos, primates hasta hacer “estallar” el pensamiento humano.

Ya hay una ganglio en la cabeza encargada de

orquestrar el movimiento y la sensibilidad a los estímulos, que en el curso de la evolución se va a transformar en una red de neuronas interconectadas en el cerebro.

Además hay una capacidad de movimiento, interacción que nos permite reconocer un avance importante respecto de las anteriores expresiones animales. Hay una mayor percatación del mundo y, concomitantemente, una mayor libertad de actuar sobre él. Podríamos generalizar diciendo que mientras más amplia y rica es la percepción, mientras más refinada la sensibilidad, mayor será la posibilidad de acción sobre áreas más vastas de la vida.

Sólo se actúa sobre lo que se ve, o se siente, o existe como real. No es posible ejercer una acción en algo que no existe para nosotros. Habitamos, nos movemos y actuamos en la casa que nuestra amplitud de conciencia nos permite Ver. Sólo podemos disfrutar y componer música si es que la percibimos como algo existente. Puedo volar si el espacio infinito existe para mí.

Mientras más amplia la conciencia, la percatación del mundo; mientras más integrador es el mapa de lo real, más libertad de acción y expresión. Mientras más consciente se es, más libre se es.

La columna de los peces tiene como función básica dar estructura y proteger al sistema nervioso, así, los peces se constituyen en los primeros animales que crean una estructura para proteger a un órgano que posibilita la conciencia del mundo.

Allí, en esa glándula, y sus proyecciones nerviosas al resto del cuerpo se concentrará la evolución en adelante enfatizando los órganos que permitirán la expresión de la autoconciencia y el pensamiento individual.

El pez ya tiene los rudimentos de lo humano.

De hecho, los tres sistemas: inmunológico, que protege de virus o parásitos; hormonal, que controla los ritmos biológicos y la reproducción sexual; y nervioso que permite la conexión interna y externa ya están presentes en cuanto los animales salen del agua.

Los anfibios como eslabones a tierra firme

Una crisis de movimientos telúricos y de las aguas, sumada a la competencia en los océanos llevó a algunos peces a forzar su capacidad adaptativa creando estructuras que les permitieran vivir en la tierra.

Desarrollaron aletas cartilaginosas que les ser-

vían para saltar de charco en charco y desde allí surgen los anfibios que más tarde evolucionarán a reptiles.

El desafío de adaptarse a tierra firme constituyó una dificultad y un esfuerzo mayor que dio como resultado un gran avance evolutivo. En tierra firme todo cambia, la forma de desplazamiento que se vuelve más pesada y sólo ocurre en el plano, a diferencia del agua en que los peces son livianos y pueden “volar en las aguas”, desplazándose en tres dimensiones. Fue preciso adaptarse generando más solidez estructural a través de huesos y una musculatura que los sostuviera.

El medio aéreo llevó también a adaptar la respiración y la piel.

La alimentación, la reproducción. El cambio al salir a tierra firme fue radical y la tensión adaptativa llevada al máximo, es en esas circunstancias donde opera la consigna, o cambiar, o extinguirse.

La evolución prueba en esos momentos diversos caminos adaptativos, muchos intentos, extendiendo sus tentáculos en muchos sentidos, los más adecuados se generalizan.

La historia evolutiva da cuenta de los caminos que sí tuvieron salida, que sí lograron adaptarse, que sí gestaron evoluciones posteriores,

pero para que ello ocurriera, muchos otros no lograron hacerlo. Aquí juega la mentalidad de los alpinistas, lo que importa no es quien llega a la cumbre, sino el hecho que lográndolo o no, se esté en el equipo.

Las especies que tuvieron éxito y las que no, tienen un rol en el proceso, a través de las que no lo tuvieron, o sea no lograron adaptarse a las condiciones cambiantes, se aprendió qué caminos no transitar.

A nivel humano, hemos aprendido tanto del error como del acierto y ambos son necesarios en nuestra evolución.

Reptiles, condiciones estables y superespecialización

La era de los reptiles se inicia hace unos 200 millones de años y concluye abruptamente hace unos 65 millones.

Por 135 millones de años, los reptiles fueron los amos del planeta. Los hubo pequeños, de grandes proporciones, carnívoros, vegetarianos, voladores, anfibios, corredores, nunca las especies se habían apropiado como ellos, de todos los ambientes.

En aquella época, el mesozoico, las condicio-

nes climáticas fueron templadas y estables lo cual les permitió proliferar y diversificarse sin mayores tensiones. Este cómodo establecimiento en el planeta, sin embargo les jugó en contra y cuando se suscitó una crisis medioambiental, se extinguieron.⁽⁷⁾

Lo que ocurrió fue que hace 65 millones de años cayó un enorme meteorito, de 5 kilómetros de diámetro, en el golfo de México. El impacto fue tan grande que repercutió en el lado opuesto del planeta provocando un resurgir de magma y un incendio mundial; se quemaron los bosques y el aire se llenó de gas carbónico, una nube oscureció al planeta enfriándolo y los reptiles acostumbrados a un medio benigno, sin control interno de su temperatura, simplemente no pudieron adaptarse.

Algunos mudos testigos del mesozoico viven hoy, como las tortugas, lagartijas, cocodrilos, serpientes y otros. Son los sobrevivientes de la época de esplendor de los reptiles.

La lección que nos deja esta época es que la superespecialización a la larga lleva a la extinción. Quizás sea útil mientras las condiciones se mantienen estables, pero cuando éstas cambian, el exceso de adaptación lleva a una falta de re-

7. Una buena fuente para informarse de la evolución en el universo y el planeta es La más bella historia del mundo compilada por Dominique Simonnet.

cursos para tentar otras posibilidades. En este sentido es que las especies que han tenido que sobreponerse a los cambios, a las crisis medio-ambientales son evolutivamente más fuertes, en su camino van creando posibilidades adaptativas que saldrán a relucir cuando las condiciones lo requieran.

En evolución la fortaleza no está dada por la fuerza, el tamaño o la rigidez de la especie, sino por su flexibilidad, por su capacidad de adaptarse, de cambiar.

Como dice la antigua tradición China, el bambú es fuerte porque en vez de oponerse al viento se dobla ante él y de este modo, adaptándose a las circunstancias de la vida es que soporta las tormentas.

La fortaleza de los mamíferos

En el tremendo caos que se suscitó en la tierra con la caída del meteorito, los mamíferos, que habían vivido relegados, manteniéndose por millones de años en algunos ambientes específicos, de tamaño pequeño, como un ratón, encontraron su oportunidad.

Habían desarrollado homeóstasis, la capacidad de mantener estable su temperatura interna independientemente del medio, lo cual les dio la

ventaja de sobrevivir en el período en que las nubes de gases cubrían la atmósfera y la temperatura era muy baja. Se refugiaron en cuevas, adaptaron su alimentación y sobrevivieron.

Por millones de años su condición homeostática no fue ninguna ventaja, sin embargo, cuando la estabilidad climática tuvo un viraje dramático, su flexibilidad adaptativa salió a relucir. A pesar de haber sido depredados por millones de años por los reptiles, de haberse mantenido en la mínima expresión, y no haber generado diversidad de especies tenían la carta de su fortaleza “oculta bajo la manga”.

A partir de entonces se desarrollan vertiginosamente, adquieren gran variedad de formas, diversifican en múltiples especies, aumentan su tamaño y pueblan toda la tierra.

Así es como la flexibilidad prueba su ventaja cuando las cosas se ponen difíciles, es allí donde se hace evidente qué especies, o en el caso humano qué personas o líneas de pensamiento serán capaces de responder a los nuevos desafíos. La rigidez, ya sea biológica o mental, inevitablemente lleva a la extinción ya sea de especies o de modos de concebir y vivir la vida.

A nivel biológico, mientras más capacidad adaptativa, más posibilidades de sobrevivir a

condiciones cambiantes, a nivel de pensamiento, mientras mayor amplitud de visión y aceptación de la diversidad, más soluciones creativas habrá posibilidad de encontrar.

Los primates

Hace 70 millones de años, junto con la aparición de las primeras plantas con flores y por tanto de los frutos, comienza el camino de los primates, entre los cuales se incluyen las líneas de monos, simios y el ser humano. Todos ellos evolucionaron a partir de un mamífero ancestral pequeño, insectívoro, olfativo y nocturno. Se desplazaba en la noche husmeando y buscando insectos y larvas de insecto para alimentarse.

Es probable que impelidos por la necesidad de defenderse de sus depredadores, algunos de éstos hayan dado el paso clave para desarrollar las características físicas que culminarían en los primates superiores y en la humanidad: se adaptaron a vivir sobre los árboles.

Al igual que la salida de las aguas, la adaptación a la vida en los árboles extremó la capacidad adaptativa y por tanto, en poco tiempo, unos 60 millones de años, ocurren grandes cambios.

El medio arbóreo es inestable, está constituido

de ramas y ramitas, es aéreo más que terrestre, la postura de las ramas es vertical o diagonal. La tierra es estable, horizontal, sólida, habitada por insectos e impregnado de olores.

Los cambios adaptativos que se dan sobre los árboles involucran el tamaño, las extremidades inferiores y superiores, la visión, alimentación, el desarrollo cerebral y por tanto al comportamiento social, la capacidad de aprender y observar; en síntesis abarcó todos los aspectos de la biología y el psiquismo de los primates ancestrales.

Sobre los árboles cambia la dieta, de insectívora a vegetariana. Los frutos aparecieron en el mismo período del ascenso a los árboles y constituirán parte importante de la alimentación.

Hay un desarrollo de las extremidades para saltar de rama en rama, aparecen piernas y brazos largos, flexibles y móviles. Al mismo tiempo se desarrolla la mano con un dedo oponible que permite la manipulación de objetos, a medida que avanza el tiempo se perfecciona la postura de este dedo, el pulgar, que permitirá la manipulación más fina de objetos.

Sobre los árboles la orientación olfativa no es prioritaria y sí se hace muy importante ver bien para conseguir el alimento y moverse entre troncos y ramas evitando las caídas. Así los primates se vuelven animales diurnos y, a través del

tiempo, van desarrollando la visión. Los monos ya ven en colores y estereoscópicamente, es decir, en profundidad.

El cerebro crece, la astucia y la curiosidad aumenta. La interrelación triangular entre ojo - mano - cerebro; ver algo, manipularlo, conocerlo se va retroalimentando y aumentando la inteligencia.

Además el comportamiento social estudiado en monos y simios es altamente elaborado, hay una concertación social flexible en que aparecen las cualidades individuales, las muestras de afecto, el juego de los chimpancés, la relación madre-hija(o), y hermanos, la territorialidad, la jerarquía, el concepto de grupo que colabora y se protege mutuamente de los ataques externos.

Así es como en 50 millones de años de este pequeño animal, semejante a un ratón que husmea sobre el suelo, tenemos a los simios (chimpancés, orangutanes, gibones y gorilas), hábiles, astutos, sociables, con un cerebro mucho más grande. De animales semejantes a estos surgirán las líneas que conducirán a la humanidad. Sin embargo antes fue necesario un cambio de vida fundamental: el descenso de los árboles. Por los datos conocidos hasta hoy, la transición hacia los humanos se dio en un lugar bien específico: África Oriental.

De acuerdo a la visión de la mayoría de los investigadores, porque en este tema hay muchas divergencias, lo que habría ocurrido es que hace unos 7 millones de años se desplomó el valle del Rift, produciendo un muro enorme de 6.000 kilómetros que divide a África ocasionando dos ecosistemas diferentes, en África Oriental se produjo una sequía que disminuyó la zona boscosa y obligó a los primates superiores a descender de los árboles.

Por 63 millones de años, los primates vivieron sobre los árboles modelando un sinfín de características que más tarde permitirán la expresión de lo humano, sin embargo, fue necesario retornar a tierra firme para concluir el proceso. La inmensa vuelta desde tierra firme a los árboles para volver a la tierra nos enseña como el movimiento de la vida gesta circunstancias que si se ven en el largo plazo, serán fuente de aprendizaje y evolución.

El retorno a la tierra obligó a nuevos cambios, quizás el más importante fue la postura erecta. La necesidad de trasladarse, unida a la de defenderse de los grandes carnívoros, que habían evolucionado al mismo tiempo que los primates desde los mamíferos ancestrales, y la de cargar a los niños que ya a estas alturas eran más dependientes llevó a la postura erecta.

La liberación de las manos de la labor de trasladarse será vital para darles el uso, manejo y, luego, fabricación de instrumentos. Además la postura erecta posicionará el cráneo de manera que el cerebro pueda crecer.

En este ambiente de sequía, habrían de surgir los primeros humanos.

El ser humano

Teilhard de Chardin dice que si hubiéramos podido observar la tierra en ese momento, habríamos intuido la aparición de lo humano. La temperatura psíquica, el desarrollo del instinto en los primates superiores estaba al borde de la inteligencia humana.

La aparición del pensamiento individual, del ser humano, se produce después de un largo proceso, sin embargo, en algún momento, de acuerdo a los datos obtenidos por los paleontólogos, hace unos 3 millones atrás ocurrió el “estallido de lo humano”, el despertar de la autoconciencia.

La conciencia deja de ser colectiva para erigirse como una facultad individual, propia de cada ser humano; nace la autoexpresión, el libre albedrío, la posibilidad de acertar y equivocarse, de construirse, de innovar.

EVOLUCIÓN DE LA CONCIENCIA HUMANA

En los capítulos que siguen dividiremos en tres fases la expansión de la conciencia humana. Cada una de ellas representa un ascenso de nivel, una expansión de la anterior y, al mismo tiempo, la incluye.⁽¹⁾

1. La autoconciencia, egocentrada, en que el ser humano se ve y vive como una entidad separada, luchando y sufriendo por sus deseos e intereses particulares.
2. La conciencia sistémica, centrada en el alma, en que la visión se expande a sentirse parte de la red viva y se vive coordinando el bien personal con el bien del todo.
3. La conciencia holística, centrada en el espíritu en que el ser humano se expande a vibrar con el propósito de la energía esencial del cosmos y vive constituyéndose, él mismo en la Mente del cosmos.

La primera etapa es la que la humanidad como un todo ha transitado, o está transitando.

La segunda es la ola naciente a la cual un número creciente de seres humanos comienza a abrirse.

La tercera nos ha sido mostrada y señalada como camino por aquellos a quienes llamamos los guías o grandes maestros de la humanidad.

1. En relación a la evolución de la conciencia, Ken Wilber.

CAPÍTULO 4

AUTOCONCIENCIA Y EL EGO

El ser humano es el universo que florece en la re-flexión. Lleva en sí una historia de millones y millones de años, de estrellas y piedras, de continentes y mares, de instinto, de búsqueda.

El ser humano es el universo que se mira a sí mismo y, sorprendido, se da cuenta de que existe.

Allí comienza la historia de un ser errante en busca del paraíso. Una historia de creación, libertad y soledad.

1. EL SER HUMANO, AUTOCONCIENCIA

Autoconciencia

¿Qué es ser humano? Físicamente no nos distinguimos mucho de los primates, tenemos un 99% de genes semejantes a los chimpancés y, a simple vista nos parecemos mucho. La respuesta habitual a esto es que somos seres pensantes, sin embargo, la mente entendida como una pauta organizadora y reguladora ha

estado siempre presente. Hay un actuar inteligente en la naturaleza en general y en los animales como mamíferos y primates en especial.

La mente está presente en todo el proceso de evolución del universo. Sin embargo, es evidente que nuestro modo de pensamiento se distingue del animal: nuestro pensamiento expresa ideas a través del lenguaje y no es masivo, sino que individual, o sea la conciencia humana se desplaza de lo colectivo a la persona.

La naturaleza responde a un anima mundi, un alma colectiva, el ser humano responde a un centro psíquico propio, a un alma individual.

Con el surgimiento de los primeros seres humanos, el pensamiento hasta entonces expresado como un gran todo sincronizado en la naturaleza, se desgrana en millares de partículas pensantes, cada ser humano responde a una conciencia individual, única. En los reinos mineral, vegetal, animal podríamos decir que la individualidad está constituida por la especie entera que se mueve al son de la trompeta psíquica del rebaño completo. ¿Qué ocurre en el caso humano? La trompeta deja de ser colectiva y comienza a ser individual. En este sentido, cada ser humano corresponde a un reino completo, a un cosmos.

Desde este punto de vista el ser humano es un microcosmos que lleva en sí la potencialidad del universo, su mente es una manifestación en pequeño de la Gran mente, el alma lo abre a los campos esenciales, en los niveles más expandidos de conciencia se funde con la mente del todo, quizás si por ello el mito de la creación Judeo Cristiano lo menciona a "imagen y semejanza" de Dios.

El ser humano emerge como una gota de agua que se separa del mar y por primera vez se ve, y se da cuenta de que existe, a esto le llamamos autoconciencia.

La autoconciencia no es sólo ser, sino saber que se es; no sólo aprender, sino saber que se aprende, saber que se siente, en suma saber que se existe.

Al saber que "yo soy", también sé lo que yo "no soy". La autoconciencia despierta al mismo tiempo la percatación de que existo "yo" y, de que existe lo "otro". Así surge la separación entre yo y los otros, yo y el mundo.

Cambio de Orden

La individualidad fue un paso enorme en la evolución, correspondiente al surgimiento de las primeras galaxias como agrupaciones locales de

energía en el universo, o a las estrellas como centros de elaboración química, o a las células como núcleos diferenciados dentro del caldo molecular. Todas estas son unidades que se cierran, se centran en sí, elaborando procesos propios e internos. En el caso humano se trata ya no de procesos químicos o biológicos, sino de pensamiento.

Por primera vez un ser gestado por el universo se hace consciente de que éste existe, lo ve, lo piensa, lo conoce, lo investiga y a partir de todo esto, lo cambia.

Por primera vez un ser gestado por la evolución es consciente de que ésta existe y puede actuar sobre ella haciendo procesos en conciencia de que vienen de algo y van hacia algo.

Nos ha tomado tres millones de años de evolución percatarnos de esto.

El brote humano representó un Nuevo Orden de existencia en el planeta

Hasta entonces, la vida era conducida por la naturaleza, inexorablemente. No había posibilidad ni libertad para obrar "fuera del sistema". Los gorilas no tienen otra posibilidad que ser gorilas como son los gorilas.

Con el ser humano nace un ser psíquicamente autocentrado, autopensante, un afuera y un adentro como entidad psicológica. El "yo" es un

medio cerrado donde podrá realizar procesos de pensamiento y sentimiento, únicos, personales, podrá dudar, cuestionarse, decidir. Desde aquí en adelante, los procesos evolutivos van a ser vivenciados por cada individuo en forma personal, es evidente que la humanidad, así como las demás especies, evoluciona como un todo, sin embargo, el ser humano tiene la libertad de moverse en términos personales, de divergir, de diferenciarse, de distanciarse, de optar los caminos a tomar.

El egocentrismo como un logro evolutivo

En estos 3 millones de años, la humanidad ha tenido el desafío de asentar y experimentar lo que es la individualidad, podríamos pensar que el principal logro humano ha sido gestar un “yo” separado claro, delineado, potente. Seguramente los primeros seres humanos eran tomados fuertemente por las fuerzas colectivas del instinto, su “yo” era frágil e indefinido. Si lo comparamos con la persona actual, segura de sí misma, con un “yo” firme nos damos cuenta que este primer desafío humano está logrado.

El “yo” es un ámbito delineado, hay un límite físico, que tiene que ver con el cuerpo, la piel, un círculo emocional que está circunscrito por

las emociones y sentimientos y un círculo mental que tiene que ver con las ideas; pero éstos se irán gestando a través de millones de años de evolución. Podríamos decir que lo que ha hecho el ser humano hasta el presente es gestar su identidad como ser físico, emocional, pensante; cuando decimos “yo”, estamos incluyendo todos estos aspectos.

En este sentido, el egocentrismo, el antropocentrismo son grandes logros humanos. Actualmente hablamos de egocentrismo en forma peyorativa, esto se debe a que, si bien esto fue una meta a alcanzar por la humanidad, ella ya ha sido conquistada y es preciso dejarla atrás para desarrollar otros aspectos.

Así, lo bueno o malo desde una óptica evolutiva tiene que ver con lo que es adecuado o inadecuado en una etapa determinada. Llamamos bueno a aquello que es deseable alcanzar como estado y malo a aquello que ya no sirve y es preciso desechar. Podemos afirmar que el egocentrismo es negativo en este momento, aunque haya sido una gran meta evolutiva para la humanidad en un momento dado.

Así mismo, es normal y “bueno” que un niño de dos años desarrolle un fuerte sentido

de pertenencia, incluso que sea egoísta con sus juguetes, es parte del proceso de definición de su yo. Sin embargo, la misma actitud a los 40 años ya no nos parecerá tan adecuada.

Autoconciencia, libertad y soledad

La autoconciencia implicó ganancias y pérdidas que guardan relación con nuestras fortalezas, excesos, carencias y búsquedas como seres humanos.

La autoconciencia conlleva la ganancia de la autoexpresión, la libertad, la autorealización y, al mismo tiempo, la pérdida del cobijo colectivo.

Al separarnos perdemos el cobijo grupal que está en nuestro origen. El hecho de “desgranarnos” del todo unido nos lleva a una sensación de soledad básica, a una búsqueda permanente de fusionarnos, de pulsar, de ser integrados, aceptados y amados. Esta es la médula de la construcción de nuestras máscaras y defensas. La vulnerabilidad básica en torno a la cual construimos el “ego”. Si vamos a la fuente misma de nuestras inseguridades, temores, envidias, narcisismo nos encontraremos finalmente con

este hallazgo básico: una inmensa necesidad de amor y sintonía. El dolor de la autoconciencia tiene que ver con la pérdida del paraíso en que vivíamos en la total conexión, y calidez de ser en todo.

Como el feto en el útero, protegido, cálido, en un medio acogedor, fusionado y cobijado por la existencia de su madre.

La nostalgia de la pérdida del paraíso, donde todo es unión, está presente en el centro de la psiquis humana. Quizás sea esta la síntesis de toda la búsqueda humana, la médula de todas las pérdidas, el centro de todo dolor.

Y, al mismo tiempo la autoconciencia representa el inicio de la gran aventura personal de expresarse y ser, cada uno, un universo, indivisible y único. Esta ha sido también, una gran fuerza movilizadora. La creatividad, la invención, la originalidad, la pujante expresión humana que nos ha llevado, por un lado a crear el mundo cultural y social y por otra, a competir, pelear, guerrear por la prevalencia personal sobre los otros.

De acuerdo a esto, dos fuerzas básicas y opuestas mueven al ser humano: la necesidad de integración y amor, y la necesidad de autocentrarse y autoexpresarse.

En determinadas épocas y culturas una u otra ha prevalecido. En general en los sistemas político, sociales y/o religiosos colectivos prevalece la de integración, casi siempre ahogando la autoexpresión a través de la represión.

En nuestro mundo occidental prevalece el valor de la autocentración, llevando a una mayor libertad y expresión personal y, al mismo tiempo, produciendo altos niveles de competitividad, individualismo y soledad.

Aún no hemos encontrado, como humanidad, el Sendero Medio que nos lleve a sociedades en que ambas tendencias se expresen armónicamente.

La autoconciencia es el comienzo de una historia en que se gana en libertad y autoexpresión, y se pierde el cobijo del útero colectivo, se gana en potencia egocentrada y se pierde en pulso cósmico y conexión con la trama del todo.

El “drama humano” ha tenido que ver con transitar de un extremo a otro estas dos tendencias.

El desafío de ser seres humanos

El primer desafío humano fue “ser humanos”, separarse del sustrato animal, generar una identificación propia, un “nosotros”, un “yo” que se

distinguiera de los primates con que compartían el hábitat. Los primeros seres humanos estaban tan cerca de su vivencia animal, tan conectados con el medio, que es muy posible que se percibieran a si mismos como animales. Tan cerca de los demás primates que probablemente se cruzaban con ellos y los instintos básicos de ataque, defensa, sexuales, protección, grupo, eran las pautas predominantes en su actuar, quizás todavía lo son para muchos.

En primera instancia digamos que la humanidad se perfiló como una especie distinta alejándose de aquello que caracteriza el accionar animal: el instinto. Más que distinguirse biológicamente, o sea desarrollando una forma física diferente, lo hizo apartándose del accionar instintivo y, así generó comportamientos diferentes, condicionados ya no sólo por el impulso básico, sino que por conductas consensuales, producto de la cultura del grupo.

Alejarse del instinto no implica abolirlo, sino que integrarlo en un todo más vasto, en este caso, el pensamiento, que lo modela, lo condiciona. Nuestro instinto de comer, por ejemplo, está completamente condicionado por horarios, conceptos de buena educación, sabores agradables o desagradables de acuerdo a cada cultura; así, si bien respondemos al instinto, lo hacemos

guiados por el pensamiento.

La cultura, entendida como un modo compartido de ver y vivir la vida constituyó el gran círculo que potenció la humanidad de esos primeros seres humanos.

El grupo creó un modo compartido, consensual y transmitido a otras generaciones, de comportarse, de fabricar instrumentos, de comunicarse que le era propio y les llevaba a distinguirse de los animales.

El hecho de compartir el alimento de acuerdo a un ritual específico, por ejemplo, o cuidar a los niños, o de cobijarse de acuerdo a modos determinados fue distinguiendo al ser humano del animal.

Las primeras culturas fueron sumamente conservadoras, probablemente porque era preciso asentar fuertemente ese modo "humano" antes de comenzar a innovar.

El ser humano se alejó de la respuesta puramente instintiva anteponiendo el pensamiento a la acción. Un instante de reflexión antes de actuar, antes de atacar, antes de escapar. Esto es propiamente humano, entre el impulso y la reacción va surgiendo una capa pensante que modela la conducta.

Es lo que hemos hecho en esta primera etapa, de 3 millones de años, todo nuestro ser animal está modelado por el pensamiento, por las creencias, valores, usos y costumbres. No es ya el instinto el único conductor de nuestras acciones, sino las ideas. En las primeras etapas humanas, aquellos que eran capaces de pensar antes de reaccionar, es decir mediatizar el impulso y la respuesta deben haber sido los adelantados del grupo humano

Los animales son como son, sin cuestionarse nada, nosotros estamos permanentemente preguntándonos, reformulándonos, rehaciéndonos de acuerdo a nuestros pensamientos.

La reflexión

No hay nada más propiamente humano que la reflexión, la capacidad de verse, flexionarse sobre sí, y pensarse. Es una facultad que surge del ser separado del colectivo: distanciarse para ver y pensar.

Esta facultad tan desarrollada en el mundo contemporáneo ha sido utilizada para conocer la naturaleza y la psiquis y actuar sobre ellas. Nuestro conocimiento del mundo y del universo, toda la navegación que hemos hecho por los mundos micro y macro cósmicos, por las profundidades

de la mente y de la historia son hijos de nuestra capacidad de reflexión y visión.

Sin embargo, en nuestra cultura la capacidad de separarnos nos ha llevado a vicios como la sobreracionalización, la sobreobjetivación (verlo todo como un objeto separado de mí) y la dificultad para sintonizarnos con lo otro. Desde aquí a la pérdida del respeto y la crueldad a otros seres vivientes hay un solo paso. Además nos ha llevado a una realidad constituida de bloques donde la unión se hace difícil y el vivir árido, desencantado, rígido y falto de vibración y contacto. Curiosamente desde la misma ciencia brota el conocimiento que nos muestra el mundo como un todo interrelacionado y que nos llevará a reconectarnos y a comprender que podemos integrarnos al flujo de la vida sin perder la individualización.

Por otra parte, no hemos integrado la reflexión a la vida cotidiana como un ejercicio que nos lleve a ser como personas y como planeta aquello que anhelamos. Una reflexión que nos lleve a transitar en la vida en el sentido que aspiramos, a integrar nuestras acciones y opciones en un todo coherente, a optar conscientemente los caminos a tomar; éste es el tipo de reflexión que necesi-

tamos para transformar la historia desde cada uno de nosotros.

El pensamiento como energía

El ser humano crea, pensamientos y sentimientos, realidades intangibles, llenas poder y energía.

Descubriremos algún día que el pensamiento está hecho de algún tipo de energía?

La tradición filosófica-espiritual oriental ha tratado desde milenios al pensamiento como un tipo de energía que moviliza hacia la acción, que afecta no sólo al que lo piensa, sino al entorno como una vibración que impregna los ambientes. Esto se ha generalizado en el lenguaje occidental con conceptos como los lugares cargados de buena o mala "onda".

El mundo indígena también reconocía en el pensamiento una fuerza que al proyectarse, producía efectos como salud o enfermedad, incluso con efectos a larga distancia.

Los estudios acerca de la telepatía, transmisión del pensamiento, o acerca del poder de éste en las plantas hablan de que al pensar estamos elaborando, creando y transmitiendo una energía que influye en el mundo. Tompkins, en su maravilloso libro *El mundo secreto de las plantas*

expone una gran cantidad de experiencias de este tipo, como aquella en que una persona le envía afecto a una planta de su casa que está a muchos kilómetros de distancia, y ésta reacciona de acuerdo a las mediciones hechas por sensores.

Quizás si en el mundo científico fue Teilhard el primero en hablar del pensamiento como una realidad viva. Afirmó que con el surgimiento de los primeros seres pensantes, una nueva capa, la Noosfera que se suma a la capa mineral y biológica, comienza a cubrir al planeta. La Noosfera es una capa pensante de energías que es expandida y engrosada por la humanidad al pensar.

En la actualidad, Erwin Laszlo, afirma que el pensamiento corresponde a una realidad que fluye en lo que él ha llamado el campo psi, así, si los átomos vibran en el campo cuántico y las células viven en el sustrato biológico, el pensamiento lo hace en su propio campo de energías.

El campo psi es un sustrato pensante que contiene las ideas humanas. Lo interesante es que esto cambiaría la visión de lo que es recordar, por ejemplo, si todos los pensamientos están vibrando en el campo psi, entonces al recordar lo que hacemos es conectarnos con la frecuencia de ese pensamiento y atraerlo a nuestro campo mental.

El cerebro es entonces, no la causa del pensamiento, sino su decodificador, los pensamientos existen más allá de la existencia del cerebro. Éste es algo así como la radio que transmite la forma mental. Ella es real, existe en otro campo de existencia.

Con estos concepto el pensamiento deja de ser algo que se esfuma. Al pensar estamos creando realidades en campos no visibles, pero realidades que se conectan e influyen al mundo.

El pensamiento es acción. Pensar es actuar. Somos responsables no sólo de nuestros actos tangibles, sino también de nuestros pensamientos que quedarán vibrando y afectando al campo mental de la humanidad.

Las condiciones del mundo son, desde esta óptica, una consecuencia, o una concretización de esta esfera mental humana. Si ella es turbia, nuestros pensamientos y acciones lo serán y el mundo será lo que es.

Quizás si los cambios sociales, políticos, económicos que como humanidad necesitamos para vencer las problemáticas que nos aquejan, tengan su raíz en un cambio de conciencia que purifique del egoísmo, del egocentrismo, de las perturbaciones emocionales y mentales a la capa mental humana. Desde este punto de vista

uno de los aportes vitales que un ser humano puede hacer al mundo, es depurar y expandir su pensamiento a contenidos de integración, perdón, desapego y síntesis que afectarán positivamente al campo mental humano.

2. ETAPAS DE LA COSMOVISIÓN HUMANA

Los dos paradigmas básicos

Al visualizar la evolución humana desde una "alta distancia" podremos observar algunos procesos fundamentales de la evolución de la conciencia y la visión de mundo que la humanidad ha sustentado.

La idea es aportar aquí una visión muy sintética, obviando los pequeños procesos para permitirnos Ver la gran senda del caminar humano.

Por los datos que aportan las investigaciones sobre el origen de la humanidad hasta el momento, hay consenso que los primeros seres humanos surgen hace unos tres millones de años en Africa, éste sería el útero de la humanidad, desde allí habríamos poblado el resto del planeta.

En estos tres millones de años podríamos hablar de dos paradigmas básicos, dos modos de sentir y ver la vida.

En el primero, y más extenso en el tiempo, el paleolítico, el ser humano se percibe como una vida más en el mundo, está sometido a las mismas condiciones que los demás seres vivos y se relaciona de ser vivo a ser vivo, de igual a igual con la naturaleza. Se vive biológicamente sincronizado con las fuerzas naturales en una fuerte identificación corporal-sensitiva-emocional. Es principalmente la sensorialidad, la emoción, la brújula que orienta la vida.

En el segundo, neolítico, nos ubicamos en una relación jerárquica y de poder con la naturaleza y con la vida en general, nos distanciamos, observamos, estudiamos e intentamos a través del conocimiento analítico, ejercer control sobre la vida.

Aún nos encontramos insertos en este modelo.

Paleolítico

El paleolítico se extiende entre los 3.000.000 de años y los -10.000 (A.C.), es decir por 2.990.000 años de nuestra historia.

El fundamento del paleolítico está dado por la forma de subsistencia: la caza de animales y la recolección de vegetales. Aún no se había producido la domesticación y, por tanto la vida

se vive al ritmo de la naturaleza como todas las demás especies.

Los grupos humanos deben adaptarse “humildemente” a los flujos climáticos, a las migraciones animales, a los alimentos que produce el medio. La sensación es la de ser una vida más entre las vidas. La humanidad no se percibe a sí misma como superior a los demás seres sino compartiendo un espacio donde todos deben cohabitar y subsistir.

La cosmovisión tiene como fundamento sentirse parte de un todo vivo e interactuante.⁽²⁾

Hay un estar inmerso, estar entramado con la naturaleza, ser naturaleza. El ser humano está sincronizado con ésta, sus ritmos biológicos son coherentes con los ciclos estacionales, lunares y solares.

La naturaleza no está viva sólo en el sentido racional, científico en relación a conceptos como la reproducción de las células, o la fabricación de su propia energía, sino que está Viva porque es un espíritu vivo que actúa e interactúa. La interacción entre lo vivo es de potencias, fuerzas, voluntades. No se trata sólo de la interacción bio-sistémica como la entenderíamos nosotros, sino de la relación entre seres animados, en el sentido de ánima, una potencia viva con cualidades

2. Riane Eisler, en *El cáliz y la espada* toca profusamente este tema.

determinadas y con capacidad de afectar al otro.

Los árboles, las piedras, el agua, el fuego están animados por espíritus dotados de intención y voluntad con los cuales el grupo humano debe mantenerse en equilibrio para sobrevivir.

Cuando un ser humano camina por un bosque, no lo hace sólo por un lugar de vida vegetal, sino por uno de presencias vivas que interactúan con él y con las cuales es vital mantener una relación armónica para no desencadenar potencias dañinas.

Se vive en el sentir la vida y fluir con ella, el roce del viento en la piel, los aromas, el ciclo lunar, solar, las estaciones del año, la posición de las estrellas, el clima, la lluvia son aspectos significativos en el vivir.

Ser sensitivo, perceptivo, sensible es imprescindible para sobrevivir; cobijarse a tiempo, saber hacia donde migrarán los animales, trasladarse en el momento adecuado, saber cuándo habrá lluvia o la recolección será favorable, o cuándo hay depredadores cerca son informaciones significativas que llegan con el sentir los signos que las anuncian.

Todo está vivo e interactúa. Una de las preocupaciones fundamentales de la comunidad humana es mantener una relación armónica con los espíritus de su entorno, si es así, habrá ali-

mentos, la lluvia suficiente, sol, animales para la caza, no habrá enfermedad; en cambio si la balanza se desequilibra, si el ser humano daña o no respeta a los espíritus de la naturaleza, éstos se volverán contra él y le dañarán.

Así, se vive en el respeto, en la cautela y probablemente en el miedo de no gestar desequilibrios.

La subsistencia del ser humano está conectada con la subsistencia de todo lo demás.

La actitud ecológica es producto de la consecuencia inmediata que tiene la sobreexplotación del medio, por ejemplo, más que filosofías o pensamientos al respecto, hay una actitud práctica de conservar el equilibrio con la vida para sobrevivir.

Se trata de culturas femeninas en el sentido que se vive al ritmo de los ciclos de la naturaleza, donde la fertilidad vegetal y humana es fundamental, por tanto en el ciclo femenino y lunar, probablemente sincronizados en ésta época.

En esta etapa, el ser humano se inserta en la vida en un modelo circular, y éste se traspasa al modo de organizarse socialmente y de vivir. El tiempo fluye circularmente de una estación a otra, de un ciclo lunar al siguiente retornando siempre a los mismos puntos. Los humanos son

una existencia más en el círculo de los seres vivos. Se vive en una sensación de compartir una ubicación igualitaria, horizontal, terrestre con todas las existencias.

La madre tierra cobija (o castiga) igualitariamente a todos los seres.

Es una realidad en que el ser humano está más despierto al sentir, al vibrar con la vida, lo cual trae como consecuencia un sentirse conectado con todo, un respeto y un fluir en la vida, además de una percepción de uno mismo y de todo lo demás en su poder vital y la percepción de que nuestro vivir afecta al mundo, de que invocando al espíritu de la lluvia, lloverá; o invocando al espíritu del sol cada mañana, éste iluminará a la tierra y por tanto el ser humano tiene un papel fundamental en el fluir del cosmos.

Sin embargo es también un mundo en que es preciso vivir con cautela y probablemente muchas veces con miedo a recibir daño de los espíritus o de otros seres humanos que los invoquen contra uno. Las emociones están al desnudo y, probablemente, mucho menos racionalizadas y controladas que en nuestra cultura.

En general se tiende a idealizar esta etapa humana, pero el vivir focalizado en la emoción no es siempre armónico. Las rabias, miedos están vivas y a flor de piel.

Así como en el neolítico, el abuso se va a producir a través del poder masculino y jerárquico, en estas culturas, es posible que haya sido el poder femenino, utilizando el manejo del mundo de los espíritus y los actos mágicos para dañar. Se trata de una astucia prestidigitadora que mueve a los espíritus en contra de alguien, envolviéndolo en una atmósfera de inseguridad, acechanza y miedo.

El “mal de ojo” es una muestra del aspecto negro de estas culturas.

Neolítico

La clave del estilo de vida que se abre con el neolítico es que se produce la domesticación de plantas y animales, la primera hace unos -10.000 y la segunda, cerca de los -8.000.

En los primeros milenios esto genera una vida estable, ligada a la tierra y sus ciclos de fertilidad. En estos primeros grupos agrícolas, lo femenino, o la mujer como concedora del misterio de la creación, ocupa un lugar preponderante.

Sin embargo, en la medida que transcurre el tiempo se va a ir gestando una percepción de dominio y control sobre la naturaleza. El ser humano tiene en sus manos la producción de

alimentos, y la posibilidad de seleccionar genéticamente a los tipos originales generando especies mejoradas para el uso humano. Se comienza a sentir el poder de manipular, cambiar, dominar al mundo, lo cual llevará evidentemente, a una visión de superioridad por sobre los demás seres.

Así, el mapa de organización de la vida ya no va a ser más horizontal, sino que vertical y jerárquico, se abre la posibilidad que unos Sean más que los otros.

Se está por sobre la naturaleza, se vive en el poder, se ve el mundo organizado jerárquicamente.

Aquí nacen los conceptos que ubican al ser humano fuera de la naturaleza. Ya no somos de la tierra, sino que estamos sobre ella. Esto conducirá a una visión escalonada del mundo donde todo es ubicado en una posición "más arriba", o "más abajo" respecto de uno mismo. El mandato de dominio sobre los seres terrestres del Génesis es propio de este tiempo.

Al mismo tiempo, por una necesidad de organización, de planificación, en las aldeas y, más tarde en las urbes habrá una tendencia creciente, que se cimenta en Grecia, de tomar distancia, de ver y conocer racionalmente, de analizar, comprender, clasificar y desde eso, controlar el mundo. Se trata de una cosmovisión

“masculina”, donde el hombre, como género, y las cualidades masculinas se sitúan en la cúspide de la pirámide.

Con los milenios, la brújula que orienta la vida se irá desplazando desde la emoción a la razón. Este modelo prevalece por milenios y nos ha entregado sus frutos de organización y conocimiento del mundo, ciencia y tecnología.

El proceso de mentalización implica no sólo el pensar en grandes teorías e ideas, sino que en ir desarrollando la mente como aspecto: orientador, perceptor, constructor de la realidad. Esto a nivel masivo toma miles de años.

Actuar y moverse en la vida más por las ideas, juicios, conceptos, esquemas mentales que por los estados emocionales. En este alzar la mente, la humanidad ha bloqueado la emoción. ¿Era necesario?, es probable que sí, ello ha permitido el control de los impulsos y las emociones para una humanidad que vivía absorbida en ellas.

Actualmente nos encontramos en la sobresaturación de este modelo, soberracionalizados, estresados, con una emoción reprimida o desbordada, es decir no integrada ni trabajada, con un cuerpo

al que ya no sabemos escuchar ni sanar.

Sin embargo, es probable que hubieran tiempos de sobresaturación del modelo sensorial-emocional, tiempos en que la emoción estuvo desbordada, en que la mujer prevaleció, y porque no pensarlo, abusó de su poder manipulando las fuerzas terrestres.

3. LA FOCALIZACIÓN DE LA CONCIENCIA HUMANA

El proceso de la conciencia nos ha llevado hasta el momento a salir de la masa colectiva para erguir el yo individualidad.

Esta individualidad se extiende en países, razas, religiones, partidos y facciones que constituyen este principio individualizador traspasado a grupos más grandes con los cuales las personas se identifican.

Ya se trate de “yo Pedro”, o “yo chileno”, se trata de “yoes” más vastos que me definen y que generan un círculo de “yo” (o “nosotros”) y los “otros”.

Así, simplificando al máximo, lo que hemos hecho en estos millones de años es cimentar con fundamentos sólidos el egocentrismo (extendido al etnocentrismo, antropocentrismo), el ser separado de los demás, lo cual constituye todo un

logro si lo contrastamos con la conciencia masiva o colectiva de los reinos de la naturaleza. Con esta base sólida es que podremos abrirnos en las etapas siguientes e integrarnos en una conciencia planetaria.

Distinguiremos 3 grandes etapas en la focalización de esta individualidad.

En una primera etapa del desenvolvimiento de la especie, este yo es básicamente un yo físico, más tarde el yo se vive focalizado en la emoción y luego en la racionalidad.

El yo corporal

En toda la primera etapa del paleolítico, desde los 3 millones de años hasta los 150 mil años antes del presente, los desafíos y manifestaciones de la cultura fueron ligados a la sobrevivencia, a poblar la tierra, a adaptarse a medios cambiantes, a procurarse alimento y cobijio, a sobrevivir a las 4 grandes glaciaciones.

La focalización de la autoconciencia tuvo que ver con el sustento y por tanto con las condiciones físicas y el cuerpo.

De este período se encuentran instrumentos para

cazar, raspar, cortar, recolectar. Los desarrollos culturales tienen que ver básicamente con una adaptación del ser humano a las condicionantes medioambientales. El gran desafío de esta etapa es sobrevivir, poblar, adaptarse a los cambios climáticos y ambientales, la focalización de la conciencia y el logro están en el cuerpo; éste como instrumento fundamental de sobrevivencia, de adaptación, de reacción ante las amenazas del medio.

Podemos hacer una analogía con los primeros años de los niños donde sus desafíos tienen que ver con apropiarse plenamente de su cuerpo, caminar, comer solo, controlar esfínteres, vestirse, es decir ejercer la voluntad de ser y expresarse físicamente. El yo está fuertemente asociado al poder físico.

El yo emocional

Hace alrededor de unos 150.000 mil años la humanidad se abre a la expresión estética, ritual, al sentimiento de lo sagrado y de los espíritus de la naturaleza. Su focalización se va al mundo sensible, al sentir y su expresión.

Aparecen los primeros entierros, las colecciones de objetos curiosos o bellos, el uso del ocre

rojo, probablemente para pinturas corporales. Hay un despertar a la sensibilidad de la belleza, al ritual, a la higiene.

La cosmovisión paleolítica de que hablábamos con su desarrollo sensitivo, emocional tiene que ver con esta etapa.

Como los adolescentes, que viven y se identifican con sus emociones y sentimientos, la humanidad estuvo miles de miles de años explorando, ampliando y vivenciando en torno al sentir.

El yo racional

Como se expresó antes, a partir del neolítico avanzado en que el ser humano se percibe por sobre la naturaleza, se comienza a erigir la razón como instrumento de percepción de la realidad.

Este último paso humano ha sido Ver claro, distinguir, enfriar la emoción y mirándola, actuar sobre ella.

Con esta etapa plenamente lograda es posible dar el paso siguiente, la conciencia sistémica y la integración de todos nuestros aspectos.

Corresponde al adulto actual focalizado en la lógica, el deber y el control sobre sí mismo y el acontecer de la vida.

4. EL ALMA Y EL EGO

El alma

Para comprender al ego, el producto de la evolución autoconsciente, es preciso situar al alma como centro de la conciencia humana.

La gran mente cósmica se manifiesta en la naturaleza a través de pautas colectivas. Las rosas se configuran de acuerdo a un "ánima mundi" que les otorga sus cualidades, olor, color, forma. El alma grupal de las rosas es aquel aspecto implicado, no visible que les otorga sus cualidades y especificidad, desde el cual se despliega la expresión de las rosas.

Con la expresión humana, este principio, el alma ya deja de ser grupal y se constituye en el centro personalizador, individualizador de cada ser humano.

Así, el principio mental del universo se manifiesta a nivel individual en cada ser humano a través de su alma.

Cada ser humano es la expresión, en tiempo y espacio, de un alma, así como el universo físico es la manifestación, en tiempo y espacio, de la Gran Pauta Cósmica.

No hay una separación entre el alma y el individuo, se trata de un continuum, de una unidad expresada en distintos campos de energía. Así como el cuerpo vibra en el campo cuántico, las emociones y sentimientos lo hacen en su propio nivel vibratorio, así también el pensamiento, como dijimos más arriba. Lo mismo se puede decir del alma.

Así como el arco iris es un continuum, y sin embargo, podemos distinguir en él colores, del rojo al violeta, así el ser humano (y el universo) es un todo que vibra en distintos campos de energía.

El alma, además de ser el centro individualizador, es el centro integrador del ser humano. Incluye y coordina cuerpo, emoción, pensamiento en un todo más amplio, dándoles coherencia y congruencia. Es el principio que nos permitirá, al abrirnos a la vivencia de ella, armonizar y cohesionar todos nuestros aspectos.

El alma vibra en una esfera no perceptible a nuestros sentidos físicos (pero sí a la intuición, entendiéndola como una función de la mente)

en el campo de la unidad esencial del cosmos, por tanto Sabe que somos seres pulsantes unidos a todo.

La experiencia del alma según relatan todos aquellos que la han experimentado es una vivencia de amor y unidad, donde percibimos los lazos que nos unen con todo lo que existe.

La conciencia del alma es inclusiva. Sabe que más allá de toda diferencia, de nivel, de raza, de carácter, de ideología, somos esencialmente Uno.

Sabiduría y amor son dos caras de una misma moneda. Al intuir que somos Uno, amamos.

El alma pulsa en la unidad donde no hay roce, aristas, ni carencias; podríamos simbolizarla a través de la forma de la esfera, sin comienzo ni fin, organizada en torno a un centro esencial. Contiene puras y sin interferencias, las cualidades esenciales, las partituras del cosmos: Unidad, vibración, síntesis, integración de la diversidad, transformación, expansión.

Las rosas son la expresión pura del principio cualificador y animador que es el alma, no hay nubes que nublen la transmisión de la pauta esencial que es el anima mundi. En el caso humano es diferente puesto que las perturbaciones mentales y emocionales actúan como densas nubes que no permiten expresar las cualidades

propias del alma.

El "ego", históricamente construido por la humanidad e individualmente potenciado por cada individuo durante su vida particular es la densa pantalla que no permite pasar a la luz.

Desde este punto de vista podríamos decir que la evolución humana ha ido consolidado a las fuerzas egoicas, lo cual era parte inevitable del trayecto humano. Es nuestro aprendizaje, nuestra riqueza y nuestra experiencia particular.

Alejarnos de la fuente para retornar en conciencia y poder, como el hijo pródigo que deja la casa de su padre, aprende y experimenta hasta que en pleno conocimiento de lo que hace decide retornar.

En la pérdida del paraíso no hay pecado ni error, es el aprendizaje propio y único de la humanidad. La naturaleza no se aleja del paraíso porque no puede hacerlo, permanece inocente. El ser humano pierde la inocencia, pero a largo plazo, gana la sabiduría.

La autoconciencia y el "ego" como producto de ella, constituyen nuestra travesía por el desierto. Es lo que hemos hecho en estos 3 millones de años.

Somos seres errantes en busca de la tierra prometida.

El alma, la individuación y el “ego”

El alma juega un papel fundamental en el surgimiento del ser humano pues es el aspecto que llama a la individuación, aquel que incita a la gota de agua a separarse del radiante mar. Digamos que cuando la evolución genera a un ser lo suficientemente complejo y refinado como para expresar una conciencia más vasta, se despliega una pauta más compleja, el alma provocando el surgimiento de la autoconciencia.

El alma al expresarse en la dimensión física, tiempo y espacio genera al “yo”, un ser separado del colectivo.

Este “Yo” incluye al cuerpo, la sensibilidad, emoción, pensamiento en un estado de inocencia, de fluidez, de conexión con la dimensión vibratoria del alma.

Sin embargo el “Yo” necesita vivir en la integración, la aceptación y el amor que es propia del Alma.

De alguna manera se siente carente y vulnerable, se “topa” con los otros, se complementa, lucha, compite por ser visto, valorado, entonces alza actitudes defensivas, agrede, es agredido, se enmascara para lograr atención, manipula, se disfraya en dobles intenciones.

El “Yo” herido, recubierto de esta capa de

apariencias, defensas, máscaras y manipulaciones es el "ego".

El "ego" está lleno de aristas, sufre y hace sufrir.

El "ego" al irse recubriendo de capas y capas pierde contacto con su centro y sólo es consciente de su apariencia. Vive en el parecer, olvidando al Ser.

Deja de pulsar y vivir en el flujo de la vida y se transforma en un ser recubierto de espejos que le muestran su imagen. Se identifica con ella y cree que eso Es. Su preocupación se focaliza entonces en la apariencia y su gran esfuerzo, ir mejorando su imagen ante los demás. Lo cual lo lleva a ser cada vez menos responsivo y consciente del alma.

El ego ahoga y suprime al alma.

El "ego" es un "sepulcro blanqueado" que vive de esquemas, formas y reglas exteriores, pues ha perdido la capacidad de sintonizarse con la sabiduría natural de su alma.

El ego, la carencia y el deseo

El ego, como unidad separada, vive en la carencia, tiene la sensación básica de estar incompleto, por tanto desea.

Desea cosas, desea experiencias, desea conocimientos, desea siempre algo distinto a lo que está siendo el momento, desea lo que tienen los demás. Este es el sustrato inicial de la envidia.

Vive en una constante intranquilidad que no le permite disfrutar ni vivir en el aquí y el ahora, puesto que siente que a cada momento le falta algo.

Siempre es más bonito el pasto del vecino.

Si pensamos en el ejemplo del vaso con agua hasta la mitad, el ego atiende a la mitad que falta e ignora todo lo que tiene.

Esta carencia le impulsa al permanente movimiento, a buscar, a conocer, a poseer. Un movimiento cuyo impulso no tiene su raíz en la esencia, sino que en la carencia.

Se trata de una inquietud permanente e insaciable que no nos permite parar y atender al flujo del alma. Es un espejismo que nos hace sentir que cuando obtengamos la siguiente meta, seremos felices; pero cuando ésta llega, aparece otra y otra, lo cual nos lleva a vivir una permanente frustración y desazón.

En gran parte la cultura consumista se apoya en esto, aprovecha la insaciabilidad del ego para crear ilusiones de más y más necesidades. Cuando destruimos todos los bosques y contaminemos todos los ríos, quizás llegue el momento de

darnos cuenta que hubiéramos necesitado mucho menos para vivir en plenitud.

Uno de los índices que nos permiten saber si estamos focalizados en el ego es la sensación de que no somos ni tenemos lo suficiente. Pensamos que si estudiamos mucho, seremos felices cuando obtengamos un título, pero lo obtenemos y no somos felices puesto que aparece otra carencia a satisfacer en el horizonte: seremos felices cuando compremos un auto, lo hacemos y no somos felices, aparece otra cosa, en esto se nos va la vida.

El Buda afirmaba que en la base de todo sufrimiento está el deseo. Nos hace sufrir por la ansiedad que genera. Si no conseguimos lo que queremos, sufrimos por la carencia, si lo obtenemos, sufrimos, porque no nos satisface del todo y se despierta otra cadena de deseos.

La vivencia del alma es opuesta, vibra en la totalidad, en la unión, en la generosidad, en lo pródigo de la vida. No importa cuanto se tenga, en cada minuto se está en la abundancia.

El ego y su miedo a no ser integrado

El ego, como unidad separada, construye muchas de sus estructuras a partir del miedo básico de no ser aceptado, integrado o amado. En la base de su andamiaje, está este temor; máscaras, apariencias, corazas, se construyen a partir de él .

Se trata de imágenes que niegan al Ser con el objeto de construir una apariencia que agrade a los otros. La única manera de sustentar permanentemente una imagen es enterrar y negar a la esencia.

Esta es la base del narcisismo en que vive el ego. Vivimos para nutrir a la imagen, postergando y anulando la necesidad del ser humano que suele estar cansado, o confundido, o simplemente feliz.

Es iluminador preguntarse cuántas cosas en la vida hemos realizado con el fin de conseguir aprobación y cariño.

Hasta qué punto esto ha influido en nuestras elecciones. Hasta dónde nos movemos en la vida para conseguir aprobación a cambio. Quizás hemos tranzado aspectos importantes, dignidad, anhelos, esfuerzos incansables por cosas que realmente no nos importan.

El problema es que nunca conseguimos lo que deseamos, nunca la suficiente aprobación y

afecto para la insaciable necesidad del ego. Nunca somos lo suficientemente atractivos, exitosos, inteligentes, hábiles, nunca lo suficientemente amados.

Podemos recibir afecto de parte de 19 personas de las 20 que hay en una reunión. Sin embargo nos quedamos obsesionados con la única que no nos aprobó.

El temor a la exclusión tiene que ver también con el miedo a la muerte. La sensación de que la vida te expulsa cuando aún querías seguir allí, es una vivencia de gran desamor, el mundo seguirá sin mi, no importo, me excluyen.

Mirar este miedo de frente, ser consciente de cómo actúa y gobierna nuestras vidas, darnos cuenta de cuántas veces actuamos para concitar aprecio y atención, de cuántas rabias, inseguridades, envidias, orgullo y agresividad responden a esta vulnerabilidad básica de necesitar amor y aprecio es el comienzo del camino a desenmascarar al ego.

Sólo concientizando esto podemos liberarnos, sólo descendiendo a nuestro infierno, viéndolo, podemos iluminarlo y conocer el cielo.

El alma vibra en la unidad, por tanto sabe que no necesita hacer nada para vivir en el amor, ésta es una condición natural de la vida. Todo lo que existe es cobijado por el universo.

Al focalizar la conciencia en el alma no es preciso manipular o hacer cosas para obtener amor. Simplemente se vibra en la sintonía con todo. Me acepto y acepto a los otros, abriéndome al flujo de la relación.

Vivir movidos por el impulso del ser y no de la carencia.

El ego centrado en sus deseos y necesidades

El ego tiene dificultades para integrarse a la trama de la vida, puesto que vive en una autocentración que le lleva a ver la vida desde sí, como si fuera el sol en torno al cual gira todo lo demás.

Organiza el mapa de la realidad egocéntrica, como si todas las personas y existencias vivieran en torno a él, para satisfacerlo, agradarlo, mirarlo. Como si la vida de los otros tuviera como propósito satisfacer sus expectativas.

Se frustra y se enoja si las demás personas no responden y, de alguna manera no logra entender

como los otros no cumplen con su papel asignado en relación a él. Es el opuesto a la conciencia sistémica en que la persona se ve integrada en una trama, como una más, es lo que trataremos en el capítulo siguiente.

Como humanidad hemos vivido en esta óptica por miles de años. El ser humano al centro y la naturaleza, a su disposición para servirlo. Como si ésta no tuviera un propósito en sí, y toda la razón de su existencia fuera dar recursos a la humanidad.

Así vive la persona egocentrada, creyendo que los otros existen con el fin de satisfacerlo, como si no tuvieran su propia razón de vivir, sus propios desafíos independientes de ella.

El ego y su necesidad de estar al centro y sentirse especial

El ego, al vivir de la imagen existe en la medida que es mirado por los demás, por tanto utiliza todo tipo de artilugios para lograrlo, ya sea sobreexponerse, llamando la atención, o callándose y escondiéndose, con el mismo propósito de hacerse notar.

El ego necesita que lo vean, ya sea concitando admiración o lástima. Siendo exitoso y brillante, o enfermándose, o llevando una vida de sufrimiento permanente.

Sentirse especial es la consigna, por tanto se adorna negando su simple humanidad.

Lo que la persona focalizada en el ego no soporta es vivir como una más, encontrando satisfacción en la colaboración, en una vida "normal". Teme desaparecer si se integra, o se iguala, o se asimila. Teme perder su individualidad distinta y especial. Esta necesidad genera adhesiones fanáticas a equipos de football, grupos espirituales, razas, religiones, partidos políticos que se dicen distintos o especiales.

Es exclusivo y excluyente, la crítica (que no es lo mismo que discernimiento) es uno de los instrumentos a través de los cuales se excluye a los otros, utilizando la razón y la inteligencia para autoafirmar la superioridad sobre los demás.

La persona conectada con su alma mora en la unión, en la integración. Conserva su especificidad, el tono propio, su nota particular no por sentirse especial, sino que encuentra satisfacción aportando al flujo de relaciones el tono propio que la colorea.

Su motivación guarda más relación con el gozo de ser y fluir en la interrelación.

Ve el bien personal íntimamente relacionado con el bien del todo mayor. No justifica su existencia por ser mirado, sino que por formar parte del flujo viviente.

Su instrumento para distinguir es el discernimiento y más que criticar, comprende e incluye.

El ego y su necesidad de poder

El ego se autoafirma y confirma su importancia a través del poder que sustenta sobre los demás. Alimenta su autoestima de esta manera.

Adquiere poder a través de fuentes externas por no estar conectado con su propia fuente de poder interno.

En vez de empoderizarse de su esencia, se potencia con signos de status y emblemas de poder como lo es el dinero en nuestra cultura.

Las luchas entre egos son luchas de poder. Tras muchos de los enfrentamientos en el mundo político, científico, artístico, empresarial, incluso religioso hay egos disputándose el poder, todo esto disfrazado de buenas intenciones, posturas éticas o intelectuales.

El ego se siente fuerte cuando logra aplastar a

alguien y poner su pie sobre el otro. Lo interpreta como una muestra de su propio valer y potencia.

Esto es lo que han hecho a través de milenios los pueblos o países más poderosos sobre los más débiles, robarles la energía para asentar su poder.

Hemos creado sociedades jerárquicas en que los lazos que relacionan un nivel y otro son formas de poder autoafirmante, mientras más me encumbro en la escala de la jerarquía de un grupo, más valía personal, así la lucha de los egos por escalar posiciones es cruel y se realiza aún a costa de la propia vida.

El poder amoroso, que se suele dar entre madre, padre e hijos, aquel que escucha y busca el bien del otro está ausente en nuestras sociedades.

Sin embargo, para que uno tenga poder sobre otro, es preciso que éste ceda su poder.

Este es otro mecanismo egoico, depositar el poder personal en lo exterior, la pareja, en el trabajo, en el dinero, en la profesión. Así se tiene una disculpa para no empoderizarse de sí mismo. Si se termina el trabajo, o se va la pareja, la persona quedará impotente, débil y probablemente generará enfermedad.

La persona que vive desde el alma se nutre de la fuente de poder cósmico, no necesita mostrarlo a través de los demás y lo utiliza fundamentalmente en sí misma, para conducirla, crearla, nutrirla e integrarse creativamente en la vida.

En el próximo capítulo hablaremos de la conciencia sistémica en que se expresa el alma.

CAPÍTULO 5

LA CONCIENCIA SISTÉMICA Y EL ALMA

La humanidad avista el paraíso. Soltamos los escudos y las máscaras, retornamos a la trama de la vida.

1. CONCIENCIA SISTÉMICA

La conciencia sistémica tiene que ver con el proceso de elevar, o expandir la mirada para llegar a percatarnos de que somos un ser más en la red de la vida, que no estamos al centro, que los demás están ligados a mi por algunos tipos de relación, pero que no viven por, o para mí, de que la vida es una totalidad que me contiene, lo cual va ligado a la íntima necesidad de sentirse parte, de aportar, de vibrar con las necesidades “del todo”, de servir y de concebir mi vida como una expresión aportadora a la red.

Dejamos atrás la conciencia egocentrada para abrirnos a la conciencia del alma que vive en una dimensión de unidad e interrelación con la esencia de todo. Así como en la autoconciencia,

el ego juega un papel central, en la conciencia sistémica, el alma cobra relevancia.

Se trata de una búsqueda para sintonizarnos con la frecuencia del alma, o de la esencia personal, “encontrarse a sí mismo”, es algo que escuchamos frecuentemente, de eso se trata, de encontrarse con la esencia y manifestarla en plenitud.

No somos una manifestación fiel de nuestra esencia mientras haya interferencia, disonancias en nuestra psiquis o en nuestro cuerpo que no le permiten expresarse.

El trayecto a la manifestación plena del alma, o del centro de nuestro ser, tiene que ver con irse afinando, sintonizando, vibrando en alta fidelidad a lo que esencialmente somos.

Encontrarse con el alma personal es, al mismo tiempo encontrarse con el alma de todo, pues ésta vibra en un campo esencial de energía que es Unidad y sintonía.

La conciencia sistémica es como si después de ascender por tres millones de años llegáramos a la cima de un monte y viéramos, nos viéramos, por primera vez desde arriba, como un nodo de una red multidimensional, visión del todo, como células que se dan cuenta que

forman parte de un órgano, de un sistema, de un cuerpo, y comenzaran a vibrar ya no con un propósito separado, sino con un sentido que se engrana en el propósito del cuerpo.

En este caso, ese cuerpo es la humanidad y el planeta entero como una unidad, nos enlazamos, ya no nos importa sólo nuestra vida, sino la vida de todo, de todos y comenzamos a vibrar con las necesidades de todos los seres.

Recién en este estado de la conciencia es posible vivir el mensaje de Jesús de amar a los otros como uno mismo, y las inspiraciones de compasión, armonía y unidad entregado por los grandes maestros espirituales de la humanidad.

Conciencia sistémica en la vida cotidiana

Este nuevo paso en la espiral del ascenso de la conciencia no es visible físicamente, como ocurre con la evolución biológica, ni implica un cambio radical en lo que llamamos la “vida común” de un ser humano, seguimos trabajando, comiendo, viviendo con otros. Sin embargo, es un cambio de estado total y se relaciona con cuestiones tan fundamentales como para qué vivimos, cuáles son nuestros anhelos, qué nos mueve a hacer lo que a la larga implicará un sutil pero radical viraje en

nuestras prioridades, valores, en el modo en que nos relacionamos, en cómo educamos a nuestros hijos, vivimos la pareja, utilizamos el dinero, en cómo nos sintonizamos con la naturaleza o cómo distribuimos nuestro tiempo, el sentido que le damos al trabajo. Así, por una necesidad profunda de coherencia, tarde o temprano no nos bastará con intelectualizar que somos parte de la red de la vida, necesitaremos saberlo íntegramente, sentirlo emocional y físicamente, es decir, vivirlo prácticamente.

Transformación consciente

Este paso, de una concepción intelectual, a una vivencia total pasa por un trabajo personal consciente. Desde aquí en adelante la evolución ya no actuará más “obligando” a un rebaño, las fuerzas movilizadoras ya no serán sólo las circunstancias de la vida, en especial el sufrimiento, como lo ha sido en la humanidad hasta el momento, sino que será una incitación interior y personalmente percibida a la cual deberemos responder en total libertad y conciencia.

Esta ampliación de conciencia humana no se realiza “allá afuera”, no es responsabilidad de los gobernantes del mundo sino de cada uno

de nosotros, el cambio personal se transmite a toda la red viva. El cambio de focalización de lo egocéntrico a lo sistémico es un estado de la conciencia que se transmite a la dimensión mental de la humanidad afectando así a todos los seres humanos que comienzan a relacionarse con nuevas ideas respecto de sí mismos y del mundo. Así es como la transformación de cada uno cambia a la humanidad.

En este sentido es que cada ser humano es responsable, ahora y aquí, de la evolución humana. De este modo, es una transformación personal que, secuencialmente y por oleadas, cambia al mundo.

Aquí cabe preguntarse porqué si hemos tenido la orientación de tantos seres iluminados y extraordinarios no hemos logrado, como humanidad gestar un mundo en que la inspiración cristiana de amor, o budista de compasión, o taoísta, de armonía se concreticen a nivel de las instituciones, relaciones internacionales, familiares. O porqué, habiendo implementado sistemas tan diversos como el socialista o el de libre mercado no hemos logrado un mundo de justicia y paz.

Quizás se trate de que los sistemas o inspiraciones espirituales no bastan mientras no haya un real y concreto cambio de conciencia a nivel humano. Un cambio que implique un compromiso personal, y, al mismo tiempo colectivo, pensado, sentido y actuado a otros intereses y valores.

Es preciso un cambio de conciencia, de alguna manera podríamos decir que es una necesidad de los tiempos, algo inminentemente necesario. No se trata de algo suntuario, o de una elucubración de los pensadores, sino de algo íntimamente sentido, una búsqueda de muchos seres humanos, tan importante y vital como respirar.

Crisis. Conflicto y oportunidad

Los primeros atisbos de esta expansión de conciencia están siendo vividos por un número creciente de seres humanos y suele venir precedido de una profunda crisis.

En la tranquilidad de la vida vivida para mí (y el pequeño grupo que defino como mío), mis intereses, expectativas, imagen, caminos pre-establecidos, posesiones, títulos, status, poder, competitividad comienzan a parecerme absurdos. Los valores que constituían mi razón de vivir se derrumban, aparece una semilla de insatisfacción

que nos puede tener sumidos por períodos largos en estados depresivos o de inestabilidad y sin sentido.

Todo aquello que constituían mis metas en la vida se comienzan a derrumbar ante la sensación de que necesito algo más porqué o para qué vivir, que “esto” ya no me basta, que la vida tiene que ser algo más.

Este “desasosiego” es uno de los parámetros que caracterizan a muchos seres humanos contemporáneos, una búsqueda incansable de sentido, de una razón para vivir que sea más amplia que mis intereses particulares.

Un motivo, una inspiración que no sé precisamente qué es y que me lleva a navegar en el vacío y la incertidumbre y, al mismo tiempo en la inmensa vitalidad de la búsqueda.

Se trata de la sobresaturación de la etapa egocentrada, el ego tan sobredimensionado en nuestra época, comienza a ahogarnos.

La conciencia ordinaria del ego y su autocentración, sus miedos, deseos, ansiedades, ambiciones, envidias, manipulaciones surtidas, stress, aceleración, orgullo, vanidad, competitividad me empiezan a incomodar. Esto, que constituía la normalidad para mi, el estado habitual en que he fluctuado comienza a sentirse como algo inarmónico, enfermo, no deseable.

Se pierden todas las seguridades en que afincábamos nuestra existencia, nos sentimos huérfanos, solos y sin valor para los demás, sin nada en que apoyar nuestra autoestima. Las definiciones que habíamos hecho de nosotros mismos ya no nos sirven y, muchas veces, ya no sabemos quienes somos ni para qué vivimos.

Quizás ansiemos retornar al estado anterior donde todo estaba claro, donde al menos las imágenes que tenía de mí, me permitían vivir con seguridad.

Sin embargo, hay un punto desde el cual ya no hay vuelta atrás y sólo nos queda proseguir derribando fortalezas y caretas y haciéndonos cargo de que hemos vivido en una falsedad, en un espejismo, en una autoidentidad construida para hermostearnos o generar compasión o admiración, o sea para ser amados.

Sólo cuando nos encontramos con ese ser vulnerado, que ha perdido el cobijo cósmico, que vive errante y perdido en busca del amor y la sintonía, sólo cuando nos aceptamos así en la base de nuestra construcción egoica es que podemos dejar de mentirnos y aceptar que gran parte de nuestra vida tiene fundamentos frágiles, la necesidad y el miedo.

Esto pasa por ver las motivaciones que nos han impulsado, muchas veces encontramos miedos,

rabias, penas, abandonos, carencias, necesidad de afecto en la base de nuestro construirnos como personas. ¿Por qué estudié lo que estudié? ¿Por qué me visto como me visto?, ¿Por qué acepté este trabajo? ¿Por qué necesito ser bello o “exitoso”?, ¿por qué mantengo esta pareja? Todo entra en cuestionamiento en este trance.

Al mismo tiempo, anhelo identificarme con otros valores, vivir una vida plena de sentido y aporte, de armonía, amplitud, de colaboración, de gozo en que los desafíos tengan que ver con autorrealización y colaboración, más que con ganarle a los otros, o con sobreponerme a miedos e inseguridades.

2. TRABAJO PERSONAL

1. Ampliarse a la conciencia del alma

Todo esto requiere una disciplina consciente de elevación y ampliación de la conciencia, de salir del barullo mental emocional para ver claro, para escuchar la voz clara y cierta de mi ser.

Es tiempo de silenciar y comenzar a identificarme con un estado de paz, silencio, confianza,

gozo que me permita redefinirme, desidentificarme con aquello que hasta ahora he llamado “yo”. Sentir la emoción, pero no transformarme en la emoción.

A través de técnicas introspectivas, como la relajación, la contemplación, o la meditación muchas personas se están encontrando con la infinitud de su interioridad, con la posibilidad de experimentar otros estados psíquicos, de serenidad, de armonía, de unidad, estados que la psicología contemporánea llama trans-personales en que yo soy yo y, al mismo tiempo, soy todo.⁽¹⁾

Esta área de la vivencia síquica está recién siendo estudiada por occidente como un estado de sanidad superior a lo que llamamos “conciencia normal”, en el sentido que es más abarcante y permite a la persona vivir en un estado más pleno y feliz, menos egocéntrico y más aportador.

Al coordinar este estado con una vida activa tenemos a un ser humano que no se “retira al monte” para solazarse con su propia iluminación, sino que la expresa, la actúa en lo cotidiano. Esto es inédito en un mundo en que de alguna manera lo espiritual requiere un “alejamiento del mundo”, o de lo que llamamos vida normal y, por lo tanto de lo humano en la amplitud de su expresión.

1. El libro Más allá del ego de Maslow, Grof, Capra, Wilber y otros tiene excelentes trabajos en este tema.

Desde el estado de quietud mental, por primera vez me veo, surge un sabio observador interno que, desapasionadamente, observa las fuerzas que me mueven.

Desde aquí, nuestros estados emocionales y mentales son observados, integrados y trabajados. Ya no puedo culpar a los otros, sé de las mareas que se mueven en mí, comienzo a Ver el tipo de relaciones que los enganches emocionales me llevan a establecer con mi mundo afectivo, social, laboral.

Es preciso realizar este trabajo de autoobservación con honestidad, respeto y amor hacia uno mismo. Ni siquiera en este sentido somos tan especiales, todos los seres humanos estamos movidos por fuerzas semejantes, el ego es una construcción al mismo tiempo colectiva e individual.

La vivencia interna desarrolla una visión sistémica, una inteligencia contextual, en que ya no todo está referido a mí, sino que veo relacionamente lo cual requiere un trabajo de distanciamiento, perspectiva, aquietamiento, introspección.

Surge una nueva mirada, mucho más amplia y serena que lentamente y a través de los años

irá tomando el timón de nuestra vida, si así lo decidimos y queremos.

Desde esta perspectiva, de distancia y amplitud puedo comprender y perdonar, perdonarme por el daño hecho o recibido, comprender que el roce se produce entre seres que viven desde sus miedos y traumas, sus rabias, es decir entre personas llevadas como hojas por el viento por sus emociones y problemáticas, por sus orgullos, envidias e inseguridades.

Viendo a los otros desde su legitimidad personal y no desde mí, surge el respeto y una gran delicadeza para con sus procesos. Reconozco el propósito personal y único de los otros.

Relajo, suelto, dejo ser. Voy abandonando la posesión sobre los otros, la manipulación en relación a lo que espero de ellos para mí, la sobreprotección. Soltar y permitir vivir, permitir que los otros sean, expresen, vivan en relación a su propósito, no al mío. Sean estos hijos, pareja, amigos, colegas, hermanos, padre o madre.

En este punto se inicia la evolución consciente, puesto que de aquí en adelante los horizontes evolutivos se irán abriendo a partir de un trabajo voluntario de depuración y transmutación mental emocional y, al mismo tiempo de una

focalización de la mirada en ese estado de paz interior.

En este sentido, por largos años, el trabajo personal va a constituir uno de nuestros puntos centrales de focalización.

Esto que ha sido criticado, a veces, como una actitud egocéntrica es, sin embargo un esfuerzo necesario para poder vivir en “espíritu y verdad” y no sólo en las palabras o el intelecto, la expansión a la conciencia sistémica.

El descenso al pozo

Uno de los “peros” que surgen inmediatamente ante esta visión es ¿cómo lo hago?

Muchas veces, aún cuando tenemos las mejores intenciones de ser uno más y colaborar desde allí, la potencia de nuestras emociones incontrolables que no sabemos cómo ni porqué aparecen nos hace la empresa casi imposible.

Puesto que, una cosa es concebir esto mentalmente, vibrar con ello emocionalmente y otra, poder concretizarlo y expresarlo limpiamente.

Si tenemos problemas de autoestima, o penas o rabias reprimidas, complejos, si actuamos desde

los traumas de la infancia o no hemos sanado las heridas en el amor no podremos realmente actualizar y concretizar una vida de confianza y colaboración.

Diremos por esto, que el camino a la vivencia y la expresión de una conciencia de red, es decir, de trabajo unificado en la colaboración y no en la competitividad, pasa por un trabajo de mirar, integrar y transmutar las emociones e ideas elaboradas por el "ego".

Concientizar los cimientos mismos sobre los que hemos construido el andamiaje egoico, las carencias, inseguridades y miedos que hay tras mi fachada. Ver a los ojos el "monstruo" egoico, sus ambiciones, orgullos y vanidades, es el único modo de vencerlo. El retorno al "Yo" comienza por desenmascarar a nuestro "ego" y sus manipulaciones, desbaratarlo.

Este proceso es una travesía que nos llevará a encontrarnos frente a frente con nuestro "demonio" que mora en las tinieblas del inconsciente. Corresponde al encuentro de Jesús con el demonio tentador en el desierto.

El ego un espejismo, una ilusión levantada por la humanidad como conjunto y por cada uno de nosotros en lo particular, no tiene existencia real,

esencial, sus pies son de barro y se desmorona ante la mirada penetrante que lo ilumina y lo des-cubre.

El monstruo habita las sombras de la inconsciencia, se nutre y crece ante el temor a ser enfrentado y desenmascarado. Se trata de aquello que hemos llamado "demonio".

Reconocer lo que Jung ha llamado la "sombra"⁽²⁾ (porque no ha sido iluminado por la luz de la conciencia), aquellos aspectos nuestros que moran y actúan tras el umbral del inconsciente y, por ello, cobran vida descontrolada es básico en este trabajo, lo cual generalmente en alguna etapa requiere la ayuda de un terapeuta que nos ayude a integrar.

El destape de aquello, es un acto consciente, no un desesperado revolcarse por el suelo, si no un voluntario y a veces doloroso proceso de vivenciar, sentir y, desde el observador interno, conocer las fuerzas subterráneas que hasta el momento han conducido nuestra vida.

Los arquetipos como potencias internas, muchas veces inconscientes, o negadas por una educación o cultura represiva; la bruja manipuladora, la loca descontrolada, la rabiosa, el

2. En el libro Recuerdos, sueños y pensamientos Jung narra su proceso personal en relación a la sombra y el inconsciente.

monstruo, la niña herida, el temeroso, la sensual son aspectos que habitan en lo profundo de la psiquis humana, aspectos que salen sin control o que vemos en otros porque no hemos sido capaces de ver en nosotros. Aspectos que están en nuestra raíz psíquica animal-humana que más que avergonzarnos o reprimir necesitamos encarar para integrar.

Los seres humanos no somos ángeles, nuestra naturaleza es más compleja, tenemos la misión de conjugar cielo e infierno, alma y animal, espíritu y bestia. Quizás los ángeles nos envidien; abarcamos un espectro más amplio de la vida y nuestro desafío es mayor. Integrar, completarnos, complementar, unir naturalezas opuestas... he allí nuestra tarea.

Concientizar las fuerzas que nos han gobernado es amigarse con ellas, y comenzar a conducir su expresión, permitirles actuar en el ámbito que les corresponde y del modo deseado.

No se trata pues, de dejar de tener rabias o miedos, sino de reconocerlos y conducirlos, dejándoles abarcar el área en que nos son útiles y no más.

El miedo por ejemplo, es una emoción que nos sirve para proteger nuestra supervivencia o ser cautos en la acción, mas es inútil cuando nos paraliza, o nos hace sufrir por lo que ocurrirá en el futuro.

La rabia suele ser una voz de alerta ante la injusticia, o cuando estamos siendo abusados o arrasados, en ese caso es una emoción que nos está mostrando algo que guarda relación con la protección a la integridad y dignidad personal o la de otros. Reconociéndola, podemos tomar medidas asertivas para resolver la situación.

Sin embargo la rabia sólo nos producirá daño si nos quedamos pegados en ella por años sin resolver nada, o si reaccionamos con ira a cualquier situación que relacionemos inconscientemente con una herida de la infancia.

Una de las actitudes básicas en esto es observarse y no poner la responsabilidad en los otros. No son los demás los que me hacen enojar. El enojo es mío y es mi responsabilidad elaborarlo.

Las personas que nos despiertan emociones encontradas, que nos alteran son una gran ayuda, pues sacan a luz aquellos aspectos que necesitamos mirar en nosotros. El problema que nos interesa, el objeto de elaboración soy yo mismo, nadie puede hacer esta transformación por otro. Es propia, íntima y personal.

Ya no podemos escudarnos en el rebaño, decirnos "todos lo hacen" o "así es la vida", o "esta sociedad te lleva a eso". Tampoco podemos, desde aquí, seguir pensando que somos lo que somos por lo que nos han hecho los demás.

Nadie puede en realidad hacernos nada. No son los acontecimientos en sí, sino el modo en que los vivimos, aquello que va haciendo y siendo nuestra vida.

El descenso a las bases del ego es el lento trabajo de conectar con las emociones para conducir-las conscientemente y, en otra etapa, verlas en perspectiva, comprender que no somos nuestras emociones y poder “caminar sobre las aguas”, o ser “rescatados de las aguas” por nuestra propia conciencia iluminada.

El cuerpo como receptor y canalizador de la conciencia

Además del trabajo terapéutico y de observación y conducción de las emociones, aquí se hace necesaria una disciplina de armonización bio-energética, a estas alturas ya sabemos como la actividad psíquica es vivida también por el cuerpo.

La transformación a la conciencia sistémica incluye al cuerpo que es uno de los aspectos a través de los cuales nos enhebramos con la vida. El cuerpo toma aquí otra dimensión, ya no es sólo

cuidado en relación a la imagen, sino que constituye un lenguaje que nos ayuda en el proceso de autoconocimiento, así como una fuente de gozo, sensibilidad y satisfacción. Recuperar las sensaciones básicas, los cinco sentidos, ahogados en nuestra cultura por exceso de racionalidad, reencanta lo cotidiano y nos permite disfrutar simplemente de la vida sin necesidad de sobreestímulos ni cosas cada vez más sofisticadas.

Con dolor en el cuello, o el estómago tenso, con una acidez galopante, o el ciático tomado se hace difícil una expresión “amable”.

Un cuerpo desbloqueado nos permite actuar más libremente, disfrutar y sensibilizar aspectos más sutiles como los aromas, el roce del aire en la piel, el alimento, el contacto con otros seres.

El concepto de autosanación y responsabilidad por nuestra salud, el amor hacia nosotros mismos, hacia nuestro ser, por sobre nuestra imagen juega un papel fundamental. El cuidado en la alimentación, en los ritmos de acción-interiorización, o trabajo y descanso, en mi estado físico emocional son las bases de una medicina centrada en la prevención, un cuidado armónico que hace que muchas enfermedades nunca lleguen a expresarse.

Las disciplinas milenarias de relajación y armonización corporal juegan aquí un papel central. La conciencia sistémica requiere de un rehacer al cuerpo para hacerlo un buen receptor de las energías del alma. Rehacerlo en términos de desbloqueo, de fluidez, de buena circulación de energías.

Estos procesos toman tiempo, constituyen un trabajo paciente y amoroso, de armonización corporal, observación diaria, honestidad interna en que la obra de arte resultante somos nosotros mismos.

Servicio

La otra inquietud potente que tiene que ver con este estado de conciencia es la necesidad de dar o servir, en el sentido de proyectar la acción que ejerzo en la vida en términos de aporte al todo.

Comienza a interesarme el bien del todo, el mayor bien para el mayor número de personas, y voy en camino de coordinar mis intereses personales con el bien del grupo mayor, sea éste la familia, la ciudad o el planeta entero. Quizás ya no me baste con tirar la basura fuera del área de mi casa, sino que deje de ensuciar o contaminar al sentir la ciudad y el planeta como el hogar de todos nosotros.

Comienzo a participar como uno más, a colaborar, a integrarme a equipos aportando lo mío, sin necesidad de estar al centro de la atención o de la toma de decisiones, tomando y cediendo el poder según corresponda a la labor efectuada. Comienza a ser más importante colaborar en una causa común cediendo posiciones que luchar obsesivamente por sacar adelante mis ideas fijas. Esto permite la sinergia, el grupo es tomado por una fuerza que es más que la suma de sus miembros.

Permite también la empoderización, tomo mi poder, aquel que emana de mi centro interior y permito respetuosamente que los otros tomen el suyo.

Ser parte de la red viva

Con la conciencia sistémica nos abrimos a una perspectiva deslumbrante, no estamos al centro de la red, puesto que la red no tiene centro, somos parte de..., y para nuestro alivio, primero, no estamos aislados, siempre, aún cuando no lo viéramos, estuvimos formando parte de un todo en movimiento, un todo que incluye a todos los seres, y a mi como uno más ¡Qué alivio!, no soy ni más ni menos importante, puedo amigarme,

sintonizarme con cualquier ser, la existencia nos cobija a ambos, a todos.

Sólo por existir soy amado. No necesito hacer cosas para obtener amor, éste nos cobija a todos en forma natural. Nos sentimos incluidos, pulsantes, conectados con todo, ya no pedimos ni manipulamos en busca de amor puesto que navegamos en el amor, el universo nos alberga en su Gran Vida, somos uno con todo.

El amor deja de ser un anhelo, el amor es nuestra conexión con todo lo que existe.

La vida cotidiana cobra así, un encanto insospechado, heme aquí como un ser vibrante entre seres vibrantes, siempre hay posibilidad de fluir en el amor, caminar por la calle se puede transformar en una experiencia extática si me relaciono con los árboles, las piedras, las personas de vida a vida en el amor mentalmente concebido y emocionalmente sentido.

Saberse entramado

Todo está conectado, mi vida y toda existencia, tiene un propósito en relación con la trama toda, cada acto es significativo para todos, pues todo está unido. Cualquier movimiento en cualquier

parte de la red, en cualquier dimensión, sea esta mental o física genera una transmisión a todo el sistema. Con el pensamiento, palabra, acción, intención estoy afectando a todo el planeta.

Así, en mi vida toda acción es relevante, pues, en suma es una entrega de lo que soy a todo. No necesito de actos espectaculares para aportar. Con mi simple vida, con la calidad e intención de mis actos movilizo a toda la red. Una iniciativa local, por ejemplo, que ayude a resolver problemáticas de alguna comunidad en cualquier parte del mundo, o cualquier acto de buena voluntad está movilizando a todo el planeta y a todas las personas que se sintonizan con esta intención, en cualquier parte, a moverse en este sentido en su propia región.

Actúo a nivel local con una conciencia global.

Se abre un sentido, una razón para vivir. Los actos cotidianos, el trabajo, la familia, mi expresión e intención influyen y mueven, secuencialmente a todos los seres. Así poner atención al efecto que tengo sobre el mundo se vuelve importante y comienzo a transformar e iluminar mi expresión cotidiana.

Todo es importante, la vida cotidiana se transmuta en un oficio, en un arte, en una ceremonia, lo cual requiere poner la atención en lo que hago, estar presente en cada acto dando mi mejor ex-

presión. Es el sentido profundo del sacerdocio como un acto de unión con la esencia de la vida.

Esto tiene que ver con el desarrollo de la visión de la unidad que es comprensiva, abarcante, ve lo que une por sobre lo que separa, ve lo Uno en lo diverso, es inclusiva, integradora, sintética.

Inclusión

El valor básico de la conciencia sistémica es la inclusión.

Esto implica una visión de síntesis, que sin excluir el análisis de los detalles y diferencias, es capaz de elevarse y ver el aspecto unificador y, así saltándose todas las diferencias integrar lo diferente en el amor.

La mirada cercana siempre nos mostrará la diversidad, la diferencia, al tomar perspectiva, veremos que la diversidad se integra en ámbitos más amplios. Esta mirada hace posible el amor, entendido como una fuerza que une, más allá de cualquier frontera.

Por sobre las nacionalidades, religiones, posturas políticas, somos seres humanos.

Por sobre las diferencias de especie, somos seres vivos.

Por sobre las categorías, existimos al unísono en un mismo universo.

La cima de esta visión acarrea al sentimiento y a la emoción a una vibración cálida hacia la existencia y hace posible “el reino de Dios en la tierra de los hombres”, el mensaje de los sabios de todas las tradiciones espirituales, que más allá de la diferencia, hablaron desde la misma inspiración.

3. LA CONCIENCIA EVOLUTIVA

Ver desde arriba

Simultáneamente con esto, despierta la conciencia evolutiva, comenzamos a Ver el proceso y los frutos que éste ha ido dejando en nosotros. Me doy cuenta que más allá de lo “agradable” o “desagradable” de las circunstancias de mi vida, estas me van ampliando y enseñando.

Al distanciar la mirada de lo inmediato, al observar los acontecimientos con “altura de miras”, nos damos cuenta de que todas las circunstancias de la vida son parte de un proceso de ampliación de conciencia y así, comienzo a comprender mis estados en términos de lo que significan en mi recorrido, de elevarme sobre el aquí y ahora y verlo en perspectiva, pudiendo así actuar y mover las cosas en una conciencia más amplia

sin identificar mi ser con la circunstancia que estoy viviendo en este momento. Lao Tsé dice “hacer las cosas sin hacerse cosa con las cosas”.

El fruto de esto en un estado de mayor paz, dejo de aferrarme a las circunstancias o cosas, sé que todo cambiará, me doy cuenta de que los procesos son cíclicos y los vivo conscientemente en un sentido de crecimiento personal. Acepto lo que llamamos alegría y dolor, triunfo y fracaso y ya no me involucran por completo, aún cuando un aspecto de mí vive y es vulnerable a la experiencia, hay un sabio interno, un observador que sabe que sea lo que sea, la experiencia me traerá la riqueza del aprendizaje.

Enfoco mis experiencias en términos evolutivos, ¿qué me enseñan?, ¿qué me aportan?.

Todo cobra sentido, el error enseña, el dolor limpia y sensibiliza, la alegría y el gozo me sintonizan y son una brújula en el camino.

Mi vida está en proceso de crecimiento, expansión, transformación, no me aferro.

Permito el movimiento, no me opongo, confío, dejo fluir.

Esto conlleva una quietud interior, ya no se está en el control ni en la lucha, se suelta, hay un contacto con un aspecto interno sereno, que ve en términos de perspectiva y proceso.

Se conecta con una dimensión donde todo es posible, surge la confianza en que todo se irá resolviendo. Fluyo.

Ser parte de un proceso

Las dinámicas evolutivas llevan a expresiones de conciencia más amplias, comienzo a ver que el presente es resultado de una evolución de miles de millones de años y me sitúo como un eslabón más de la cadena evolutiva del cosmos. Esto requiere conocimiento, información que nos permita expandir la conciencia.

Mi vida toma sentido en la colaboración consciente con las tónicas evolutivas, integración, ecología, paz, desarrollo sustentable, justicia social, educación.

Desde aquí, por primera vez tenemos plena conciencia del sendero recorrido por el universo y por la humanidad, plena conciencia de que hay un sentido, de creciente complejidad y ampliación de conciencia desde el polvo cósmico al ser humano. Desde aquí en adelante, la evolución se realiza a través de seres que comprenden el proceso, que ven la trama en movimiento, que se entregan a sí mismos, que comprenden que la evolución no pasa por —allá, en alguna parte—, sino en sí mismos, que el material de transformación y ampliación está constituido por mí y por todos.

Conciencia de la sincronía

Al visualizar la vida y mi vida como una entidad interrelacionada en permanente transformación hacia estados más abarcales de conciencia me percaté de que los movimientos particulares están ligados al gran movimiento y que, por tanto todo se transforma al unísono.

David Bohm da la imagen de el agua que corre, los remolinos de un río podrían ser tomados como entidades independientes, sin embargo, si vemos más profundo, estos movimientos particulares están ligados con el gran movimiento del flujo de agua.

En lo que toca a nuestras vidas particulares, comienzo a darme cuenta de que los hechos concretos que me ocurren tienen que ver con los requerimientos de expansión de conciencia o crecimiento personal y que están sincronizados con los del resto del mundo.

En este sentido no hay una causa para que ocurran las cosas, sólo podemos decir que todo se está moviendo en un sentido evolutivo y, dentro de ese todo, las circunstancias de mi vida buscan, al unísono con todo, gestar en mí estados de mayor amplitud, conciencia, sensibilidad al todo. Hay una sincronía entre mis necesidades profundas y lo que las circunstancias me presentan.

Me relajo, me abro a permitir que la vida y sus ciclos actúen en mí.

Confianza es aquí la palabra clave, confianza en el movimiento sincronizado de todo, confianza en que iré encontrando las respuestas, en que lo que ocurre “está bien” desde la óptica evolutiva, en que hay una sincronía entre mis necesidades profundas y el movimiento vital.

Aporte activo

No se trata sin embargo, de una confianza pasiva, sino de poner en movimiento nuestra creatividad en un sentido de aporte.

Desde nuestro centro, salir, actuar, conscientemente sintonizados con el movimiento evolutivo, aportar nuestro grano de arena para que nuestro planeta sea aquello que anhelamos.

El desafío es aquí, por un lado Ver la red y Ver el sentido del movimiento, por otro sacar el máximo de expresión propia para donarlo a la evolución del sistema.

Me siento un eslabón de la cadena evolutiva y tomo la responsabilidad de aporte que me corresponde.

Se vive para expresarse en forma única, personal, potente en servicio al proceso evolutivo de la trama general.

Nuevos desafíos, que se relacionan con la expresión, con la creatividad, con lo más adecuado para la evolución del sistema, nos esperan.

CAPÍTULO 6

LA CONCIENCIA HOLÍSTICA Y EL ESPÍRITU

La conciencia holística va más allá de la percepción de estar integrado a la red de la vida. Aquí se vivencia la Unidad esencial, las múltiples manifestaciones de la diversidad universal como diferentes modos, o disfraces del Uno. El Todo está en cada parte y en cada parte está el Todo.

Yo soy el otro, el otro soy yo y ambos somos Uno.

Desde esta expansión de la conciencia se percibe la energía esencial que se despliega en la trama del universo.

En ese campo está la potencia vital y, al mismo tiempo mental que da la pauta al fluir cósmico. Contiene la fuerza vital y el plan de la semilla cósmica.

Desde este estado de totalidad el ser humano se transforma él mismo en la gran sinfonía cósmica, es él mismo aquella mente universal que se manifiesta a través de la partitura del cosmos. La conciencia ya no se focaliza en el ser individualizado, sino que en el todo vibrante y uno.

Se muere al principio personal para ampliarse y encarnar la voluntad cósmica. El Buda describe este estado como la gota de agua retornando al radiante mar.

Esto tiene que ver con las palabras de Jesús, “mi padre y yo somos Uno”, o “que se haga tu voluntad”. El maestro se conecta con la voluntad esencial a través de la figura del padre, que es un arquetipo de la mente universal.⁽¹⁾

La apertura a la conciencia holística, la pérdida de la focalización y voluntad personal para encarnar la voluntad cósmica es el calvario de Jesús y su muerte en la cruz, el símbolo de la muerte al tiempo y espacio.

La conciencia holística trasciende las coordenadas de tiempo y espacio y las dimensiones de vida-muerte. A este nivel se está en un eterno presente que contiene todos los tiempos y todas

1. White escribe un interesante artículo sobre Jesús y la evolución de la humanidad en el libro *La evolución de la conciencia* editado por Stan Grof.

las dimensiones del ser, desde el cuerpo, a las emociones, pensamiento, alma y espíritu. Todo es Uno.

Todo cambia, la esencia permanece. Allí, en esa esencia se radica la conciencia holística.

Desde allí se perciben las grandes pautas del desenvolvimiento del universo. El ser humano, o aquel que deviene de lo humano, el "hijo del hombre", como se llamó a sí mismo Jesús se transmuta aquí en un portador de la pauta evolutiva para la humanidad, en una luz para los seres humanos, en un guía cuya acción está tan sincronizada y con los lineamientos cósmicos que su influencia trasciende el tiempo y perdura por milenios.

Es interesante notar cómo aquellos que hoy consideramos grandes guías espirituales, en general no fueron reconocidos en su tiempo, le hablaron a unos pocos y produjeron rechazo en la mayoría.

Sin embargo la fuerza germinal de su palabra era tan potente que atravesó el tiempo y transformó al mundo. El mensaje de los seres que actúan a este nivel no está dirigido a una época específica, es universal y válido en todos los tiempos y espacios. Es la humanidad la que institucionaliza y norma estos mensajes universales haciéndolos específicos para algunas culturas y épocas.

Si vamos a la fuente de lo transmitido por Buda, Jesús , Lao Tsé, Krishna, Moisés, nos daremos cuenta que el fundamento básico es el mismo. Así tiene que ser, estos maestros son conciencias que vibran en el mismo campo dimensional de Unidad. Es el ego y etnocentrismo humano quien entra en luchas de poder en relación a estos mensajes.

La conciencia holística es el camino natural de la humanidad evolucionada, estos maestros dan testimonio de ese nivel de conciencia, abren al camino, no para que nos quedemos arrobados, admirándolos; sino para que lo transitemos como un desarrollo normal de la conciencia humana.

Hasta el momento la actitud ha sido devocional y separatista, como niños con sus padres. "Tú eres grande, yo pequeño. Tú puedes, yo no". Esto nos evita la responsabilidad de hacerlo nosotros y nos pone en una actitud pasiva, de devoción y respeto, pero no de transformación personal para transitar la senda de expansión de la conciencia.

Quizás aquellos que nos sintamos maduros como para tomar en nuestras manos nuestra propia evolución deberíamos empezar a considerarlos más bien como hermanos mayores que nos abren la senda de la conciencia.

La actitud mística-devocional es pasiva, la humanidad necesita de una actitud de activa transformación para hacer de cada uno, y del mundo, un lugar de convivencia, amor, realización, creatividad, donde los niños nazcan para poder florecer en toda su expresión.

A nivel micro, cuando logramos sintonizar con un estado total, en que sólo existe el Ser, en que desaparece el tiempo secuencial y entramos en un estado de presente total, en que nos sentimos vibrar en un campo esencial, pleno de potencia, desde donde todo se desgrana a la existencia, estamos sintonizando con la experiencia de la conciencia holística.

Es la descripción que han hecho los místicos e iniciados de todos los tiempos, en todas las culturas del estado de trascendencia.

Sin embargo, hay una diferencia entre atisbarlo y vivirlo.

Los grandes guías espirituales de la humanidad lo han vivido. Actualizando y canalizando la potencia germinal de la Gran Vida cósmica en sus propias vidas, influyendo e inspirando el proceso evolutivo de los seres humanos por milenios.

A MODO DE EPÍLOGO

Las etapas de desenvolvimiento de la conciencia expresadas en este libro han sido maduradas desde mi experiencia personal. Sé lo difícil que es alzarse desde la desesperanza a la dignidad del Ser. La vida me regaló una dura y, al mismo tiempo, (visto desde mi amplitud actual), maravillosa oportunidad.

Nací con una enfermedad llamada Acondroplasia que comúnmente se relaciona con el enanismo. Los dolores físicos y emocionales fueron una constante en mi infancia, adolescencia y juventud.

Con la autoestima profundamente dañada, con una sensación de degradación permanente y con la idea de que no tenía cabida en el mundo, ni ninguna posibilidad de realización como ser humano, inicié mi camino. Un camino que, cerca de los 21 años, respondió al clamor de mi alma. Me llamaba a erguirme, a salir adelante, dejar de compadecerme y ser feliz.

Por largos años, unos 15, todos mis esfuerzos fueron dirigidos a trabajar en mí misma. La meditación y el contacto interno me llevaron a la certeza de que un cielo claro, luminoso de sabiduría y amor existían en mi centro, lo cual me permitió desvincularme de una imagen deplorable y avergonzada de mi persona. Sin embargo, fueron las emociones, las rabias, miedos, envidias y penas las que me dieron mayor trabajo. Fue preciso un largo, costoso y valiente descenso hacia las profundidades de mi ego para descubrir las raíces mismas de mis carencias e inseguridades. Sólo cuando fui capaz de mirarlas de frente es que pude deshacerme de su dominio sobre mí.

Conozco las fuerzas inconscientes que por mucho tiempo me condicionaron, las conozco y ya no me asustan, cuando aparecen sé reconocerlas y tratarlas como potencias vivas que ocupan un espacio iluminado en mí. Al mismo tiempo me fui abriendo a la conciencia sistémica, a la necesidad de hacer de mi vida un aporte creativo y hoy me encuentro en un punto en que ya no lucho contra fuerzas adversas, sino que intento hacer de este mundo, junto a otros, un lugar mejor.

A partir de mi historia, tiendo a pensar que ninguna condición es un obstáculo para ir a la realización y al amor, que los seres humanos

estamos dotados del inmenso poder del espíritu y éste al ser activado, jamás podrá ser vencido por las condicionantes vitales, entre los que el fracaso y el error son parte de un proceso mayor.

BIBLIOGRAFÍA ASOCIADA

- Bailey, Alice. *La luz del alma. Paráfrasis de los aforismos del yoga de Patanjali*. Buenos Aires: Kier.
- Bucke, Richard. *Cosmic consciousness*, 1969. New York: Dutton. *De la conciencia individual a la conciencia cósmica*. En: *La experiencia mística*. 1982. Huxley y otros, Barcelona: Kairós.
- Bateson, Gregory. *Pasos hacia una ecología de la mente*, 1991. Buenos Aires: Planeta. *Mind and nature*, 1979. New York: E.P. Dutton.
- Berger y Luckmann. *La construcción social de la realidad*, 1972. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bergman, Morris. *El reencantamiento del mundo*, 1999. Santiago: Cuatro Vientos.
- Bohm, David. *La totalidad y el orden implicado*, 1980. Barcelona: Kairós.
- Brennan, Barbara. *Manos que curan*, 1990. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Capra, Fritjof. *Sabiduría insólita*, 1992. Buenos Aires: Troquel. *El punto crucial*, 1998. Buenos Aires: Troquel. *La trama de la vida*, 1996. Anagrama.
- Castaneda, Carlos. *Una realidad aparte*, 1992. Fondo de Cultura Económica.
- Chopra, Deepak. *Cuerpos sin edad, mentes sin tiempo*, 1994. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.
- Dinamarca, Hernán. *El viaje en el Uro Urama*, 1999. Santiago: Lom Ediciones.

- Eisler, Riane. *El placer sagrado*, 1998. Santiago: Cuatro Vientos. *El cáliz y la espada*.
- Eliade, Mircea. *Historia de las creencias y de las ideas religiosas*, 1978. Madrid: Ediciones Cristiandad.
- Emerson, Waldo. 1992. *Selected writings of Ralph Waldo Emerson*. Brook Atkinson Editor.
- Estrella, Jorge. *El universo hoy*, 1998. Santiago: Editorial Universitaria.
- Ferguson, Marilyn. *La conspiración de acuario*, 1994. Buenos Aires: Año Cero.
- Grof, Stanislav. *Dominios del inconsciente humano: Observaciones a partir de la investigación con L.S.D.* 1991. En *Más allá del ego*. Buenos Aires: Troquel.
- Jung, Carl. *El hombre y sus símbolos*, 1969. Madrid: Aguilar. *Recuerdos, sueños y pensamientos*, 1994. Barcelona: Seix Barral.
- Koestler, Arthur Janus, 1978. London: Hitchinson.
- Krishna Murti. *La libertad primera y última*, 1984. Barcelona: Edhasa.
- Kübler-Ross, Elisabeth. *La muerte un amanecer*, 1989. Barcelona: Luciérnaga.
- Kuhn, Thomas. *La estructura de la revolución científica*, 1977. México: F.C.E.
- Laszlo, Erwin
- Lovelock, James. *Gaia*, 1979. Oxford: Oxford University Press.
- Maslow, Abraham. 1982. *La experiencia núcleo religiosa o trascendental*. En *La experiencia mística de Huxley y otros*. Barcelona: Kairós. *La personalidad creadora*, 1971. Barcelona: Kairós.

- Morgan, Marlo. Las voces del desierto, 1998. Barcelona: Ediciones B.
- Osborne, Arthur. Ramana Maharshi y la senda del conocimiento de sí mismo. Barcelona: A. Blay.
- Paramahansa Yogananda. Autobiography of a yogui, 1946. Philosophical Library.
- Ramacharaka Yogui. Bhagavad Gita. Buenos Aires: Kier.
- Simonnet, Dominique. La más bella historia del mundo, 1997. Santiago: Andrés Bello.
- Sheldrake, Rupert
- Swimme, Brian. El universo es un dragón verde, 1997. Sello Azul.
- Soto, Jorge. Art. El apóstol del caos. Prigogine. En Revista Uno Mismo, N° 74.
- Teilhard de Chardin. El fenómeno humano.
- Watts, Alan. Psicoterapia y liberación, 1982. En La experiencia mística. Huxley y otros. Barcelona: Kairós.
- Wilber, Ken. El espectro de la conciencia. 1991. En Más allá del ego. Buenos Aires: Troquel.
- Wolpin, Samuel. Lao Tsé y su tratado sobre la virtud del Tao, 1980. Buenos Aires: Kier.