

## Algo sobre la meditación II

‘El poder espiritual de todo santo y sabio es sentido por sus contemporáneos de modo sumamente vívido y directo. Con el paso del tiempo lo que era una revelación se convierte tan solo en un dogma muerto. Y cuando la gente canoniza al santo y le construye templos, lo encierran en sus estrechas paredes, en las cuales su espíritu es sofocado y deja de ser una fuerza vivificante e inspiradora. Los seguidores de sucesivas generaciones disputan acerca de todas y cada una de las palabras atribuidas al maestro. Compiten por «la autenticidad de los textos». Hacen de todo menos la única cosa importante enseñada por aquel gran ser, a saber: «Volverse semejantes a El’ (Mouni Sadhu).



Creo que ni siquiera representa un ideal el tratar de volverse semejantes a él. Sólo es una idea, una formulación, una de tantos enunciados solemnes, tal vez, pero que, cuando aplicamos a ellas nuestro oído y las golpeamos con los nudillos para medir su densidad, suenan a ‘hueco’. Y es que, en el fondo, muchas personas de hoy no tienen fe en los valores espirituales. Para ellas la mente humana lo es todo absolutamente. Y la mente es una perfecta taxidermista. Formas de esta momificación es que algunas [personas] se declaran escépticas, agnósticas, otras, y algunas se vanaglorían de materialistas puras. La verdad es velada por nuestra propia ignorancia [la idolatría de las palabras]. Frecuentemente no llevamos lo suficientemente lejos nuestra búsqueda de la verdad. Habiendo ejercitado nuestro intelecto hasta un cierto límite, creemos que no hay esperanza de posteriores descubrimientos o investigaciones. Esta actitud ... es, desde el

punto de vista oriental, estéril e incapaz de conducirnos a lugar alguno más allá de especulaciones y conjeturas sobre la verdad (M. Hafiz Syed).

Podemos reparar ese vacío ineficaz por una recomendación de poderosa eficacia: *‘Tú, en cambio [aquí pongo la fuerza] cuando vayas a orar, entra en tu aposento y, después de cerrar la puerta, ora a tu Padre, que está allí, en lo secreto (Mt 6,6).*

En esta muerte de la ostentación ocurre una gran ‘des habilitación’ del cuerpo, de la mente que facilitan el descanso del alma. Ahí la meditación ocurre. En la penumbra de la propia habitación, con la puerta cerrada, en una calculada ausencia del corazón de lo que distrae y puesto en la paz de lo secreto, meditar, y más aún, orar, es reducir la persona a lo esencial...

Me encanta el título ‘La impalpable levedad del ser’ de Milán Kundera. Lo duro tiene que hacerse leve; el molde tiene que quebrarse como el vaso de alabastro. Y eso no puede ocurrir mientras uno trate de jugar un papel. ‘Jugar un papel’ siempre requiere espectadores o un espejo que nunca atraviesa el esclerotizado ni el narcisista. Sólo Alicia<sup>1</sup> y los santos... Por eso creo que un buen comienzo es: ‘Cerrar la puerta; ocultarse a presencias impertinentes y dejar que de la ‘oscuridad’ emerja la presencia que restaura, en la que cada uno puede construirse y, sencillamente ‘ser’ ..., y fluir dentro del silencio.

Aun sin ser, infelizmente, una experiencia personal, pienso con quien lo experimentó que *‘un poco de locura puede ser el comienzo de la cordura’*.

Ahora mismo pienso en la inteligente formulación de un buscador que ‘miró’ a su maestro, al que yo solamente puedo admirar a través de escritos. Reinventó el ámbito evangélico, a su modo, un día y en una circunstancia que cuenta:

‘Hay tanto silencio en mi habitación. El vigilante se ha retirado tras cumplir con su tarea: traerme agua para beber. También la muchacha sirvienta ha desaparecido, usando las pocas horas libres de antes de la comida para su propio solaz... Eché el cerrojo de mi puerta y, sentado en una postura apropiada para la meditación, me sumergí con todos mis pensamientos, preocupaciones y sentimientos en el silencio, el dominio del verdadero Ser. Qué impresión tan extraña: la desaparición gradual del mundo exterior basta para traer la felicidad. Incluso si esta etapa preliminar no fuera seguida por grados superiores, constituiría en sí misma una especie de Paraíso. Pero es sólo el patio exterior’ (Mouni Sadhu<sup>2</sup>).

La mente no está de acuerdo con esto; está inquieta. ¡Tantas cosas que hacer! ¡Esto es perder el tiempo! ¡El mundo es una urgencia permanente y esto es, en el mejor de los casos, un lujo para gente desocupada a la que le sobran horas! Ignoran que el ‘tiempo’ se fabrica aquí, en este aparente ‘no tiempo’ o en esta aparente y engañosa ‘pérdida de tiempo’. En este punto menciono a un autor, con el que simpatizo: Emmanuel Mounier. Lo traduzco con alguna libertad: *‘Retirarse es parte de nuestra conversión íntima’*.

He leído cosas ‘divertidas’ que dicen algunos filósofos-hacedores de palabras-, para reflejar nuestra ausencia fundamental, ya ‘clásica’, por su dimensión en años... ‘El hombre-dice Mounier- puede vivir como si fuera una *cosa*. Pero como él no es una cosa, y, por otra parte, la vida interior le parece una claudicación a la que no puede ceder, para evitar la sensación de fracaso, habla [los filósofos de turno lo hacen] de ‘distracción’, ‘estadio estético’, ‘vida auténtica’, ‘alienación’ como de títulos para rotular la vida y su propósito fundamental... ¿Y, qué?-digo yo. ‘Una sociedad de sonámbulos

satisfechos' fue, en su momento, uno de mis libros. Hoy, volvería a escribirlo; modestamente, tal vez a reescribirlo.

La vida personal-dice Emmanuel- comienza con la capacidad de romper el contacto con el medio, con la capacidad de corregirse, de recuperarse con vistas a recogerse en un centro y unificarse.

Aparentemente es un repliegue-en el que algunos, equivocadamente o mal aconsejados, se pueden quedar-pero, cuando está bien conducido es un repliegue para 'saltar'. Sobre esta experiencia vital del repliegue se 'fundan los valores del silencio y del retiro'.

Este ejercicio de 'repliegue y de meditación es la respuesta de la persona a su 'infinito interior'. Es una contra-hipnosis, frente al hipnotismo que el mundo nos produce' (Roy Masters). Meditar nos vuelve a casa. Vivimos de la ficción; se nos escapa la realidad. Y la hipnosis reina.

Me parece oportuno para finalizar una como anécdota de las que refieren los calendarios de hoja diaria. Al levantar una de ellas leo:

'Un tren cruzaba a gran velocidad un valle rodeado de suaves colina. Era el momento de la puesta del sol; el espectáculo impresionante. Las nubes se teñían de variados colores. Las masas de pinos se recortaban contra el cielo; las colinas adquirían matices violáceos; bandadas de pájaros cruzaban el cielo. Dentro del tren proyectaban una película. Todos los pasajeros la contemplaban hechizados. Sólo uno, vuelto hacia el cristal de la ventana, permanecía absorto viendo el paisaje...'

Sé que es una mala descripción, aunque una buena lección para quien aún tenga capacidad de aprender algo 'de verdad' sobre su verdad; a no ser que prefiera ver los paisajes de la pantalla y olvide mirar por la ventanilla...

1 Alusión al cuento de Lewis Carroll (1832-1898).

2

Obra de Lewis Carroll (1832-1898). Libro y su autor, incluido en el dominio público por el Proyecto Gutenberg y otros en 1993.

Nicolás de Ma. Caballero, cmf.

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/algo-sobre-la-meditacion-ii](http://www.ciudadredonda.org/articulo/algo-sobre-la-meditacion-ii)