

Quinta Unidad. **ESPIRITUALIDAD, REALIZACIÓN HUMANA PLENA.**

Abordadas las cosas como lo hemos hecho hasta ahora, llega el momento de hablar de la espiritualidad en sí misma, y lo vamos a hacer hablando de la espiritualidad como realización humana plena, lo que, dado el énfasis epistemológico de nuestras exposiciones, implica hablar también de la espiritualidad como conocimiento humano pleno.

1. Realización humana y realización humana plena.

Realización y realización humana son términos de naturaleza antropológica y psicológica, que gozan de una gran estima en nuestros días, como muestra el uso tan positivo que hacemos de los mismos, tomados sin duda en la segunda acepción que le reconoce el Diccionario de la Real Academia de la lengua española, de acción y efecto de realizarse. Y si los utilizamos para expresar lo que es la espiritualidad, sin duda es porque reconocemos en ésta, buena o mucha parte de la riqueza significativa que dichos términos contienen. Aunque no se pueden utilizar sin más precisión, como si realización humana y realización humana plena fueran lo mismo.

En el uso antropológico normal, realización supone desarrollo de potencialidades, de manera que nos sentimos realizados cuando hemos logrado desarrollar y colmar tales potencialidades. Lo que sucede es que si tales potencialidades son las propias de nuestra dimensión relativa (DR) como animales vivientes hablantes, por naturaleza de ellas mismas, nunca llegaremos a realizarnos. Vinculadas a las necesidades, intereses y deseos, nunca se verán colmadas. Limitadas como son, siempre surgirán sin embargo nuevas potencialidades, por no decir nuevas necesidades y nueva insatisfacción. De manera que solo relativamente hablando, eso es, dentro del orden humano más razonable y moral posible, y ello en los contextos concretos dados, cabe hablar de realización humana. En este sentido, y como se suele reconocer a propósito de la felicidad, la realización humana propiamente tal es escasa. Solo si las potencialidades que se trata de desarrollar son las propias de la dimensión absoluta (DA), solo entonces la realización humana plena es posible. Con la particularidad de que tales potencialidades o potencial son también especiales. No están vinculadas a la necesidad de acciones y de procesos.

La realización de las potencialidades propias a nuestra dimensión relativa requiere necesariamente de acciones y procesos, que pone en marcha, y a los que seguirán, sin interrupción ni descanso, unos a otros, hasta la muerte biológica del sujeto. No hay alternativa posible. Es la ley de la vida, biológica y humana, sensitiva, perceptiva, intelectual y axiológica. Porque son potencialidades de nuevos retos, nuevas necesidades, nuevas acciones y nuevos procesos. Se realizan unas, pero emergen otras. No hay tregua ni fin. En cambio las potencialidades propias a la dimensión absoluta son de otra naturaleza. Es una dimensión plena y total lo que hay en ellas. Rigurosamente hablando, no se puede decir que sean potencialidades, en el sentido de que aun no son lo que están llamadas a ser o pueden ser. La dimensión absoluta de la



realidad es plena y total siempre. Somos nosotros quienes la “vemos” o “no la vemos”, somos nosotros los *potencialmente* experienciales con respecto a la dimensión absoluta vista en sí misma, no la dimensión como tal. Y ello, de nuevo, desde el punto de vista de la dimensión relativa. Pero ellas, la dimensión absoluta de la realidad, es plena y es total. No está sometida al tiempo, ni es el resultado de acciones y procesos. De ahí que en su experiencia esté nuestra realización humana plena, realización que se da en el tiempo pero lo trasciende.

Tan habituados estamos a pensar en términos de nuestra dimensión relativa, a considerarnos y vernos como seres con posibilidades de realizarnos con el tiempo, a futuro, que esto es lo único que nos parece que somos. De ser así, hay que bajar el nivel a lo que llamamos realización humana plena, porque esta sería imposible. Sólo cabría hablar de realización humana en términos relativos. Y ello en contra de la experiencia y testimonio de muchos hombres y mujeres espirituales de todas las grandes tradiciones religiosas y de sabiduría en un tiempo muy largo, que aun no termina, de milenios.

2. La realización plena.

La realización humana plena que llamamos espiritualidad es muy diferente de lo que en nuestros días se conoce por realización humana, que no es plena. Tienen en común que ambas se valoran en términos de *humanas* y de *autónomas*. En efecto, también lo que llamamos espiritualidad es una realidad *humana*, solo humana, y *autónoma*; tanto más autónoma cuanto su existencia como experiencia en nosotros es una *creación*, en el sentido que ya en su momento hemos explicado. Pero son muy diferentes.

La realización postulada y conocida como realización humana es un convencionalismo. Llamamos así a algo que no lo es, pero que convenimos en considerarlo y llamarlo como tal, por lo que se le asemeja o parece. La tal realización es parcial, nunca es total. Más que realización es un sentimiento de bienestar y satisfacción consigo mismo, con los demás, con todo, que por profundo, honesto y duradero que sea, es el sentimiento y la experiencia de un sujeto en su entorno y en su relación con él. Es un sentimiento y una experiencia que por maduro y gratuito que sea, es fruto de una sabiduría y práctica humana reconocidas racionalmente como tales y cultivadas. Es la sabiduría coronando una vida de esfuerzo, virtud y mérito, con grandes dosis de generosidad, sacrificio y entrega, más que como un don. En general, es lo más pleno que uno logró. Esta realización humana a la que nos venimos refiriendo no es que no tenga valor, lo tiene y muy grande, pero no es la realización humana plena. Puede ser preparación y antesala de ella, pero con una grave riesgo: que, si no se supera, por su nobleza misma, peligra convertirse en sucedáneo o en la única realización posible. La realización humana plena no es el desarrollo sin más de la realización convencionalmente humana ni su corona, es otra cosa, es de otra naturaleza.



Lo que solemos entender por realización humana es una realización dual. Realización que supone la dualidad sujeto-objeto, potencia-realización, presente-futuro, plenitud-proceso, que por su misma estructura no puede ser realización total y plena aquí y ahora. Y si no puede serlo plena y totalmente aquí y ahora, no lo podrá ser nunca, ubicados como están todos los momentos en un tiempo-proceso. La realización humana plena no es dual ni supone dualidad. Es la unidad y totalidad que está ahí, que somos nosotros, que es todo, hecha experiencia, en el sentido esta de conciencia, donde todo es unidad y totalidad y, por tanto, realización plena y total; donde no hay sujeto ni objeto, no realización / realización, presente / futuro, y por tanto ni temporalidad ni proceso, porque todo es todo y es uno. Por ello es que es realización plena y total aquí y ahora y en cualquier otro momento, esto es, siempre, porque cualquier otro momento, todo momento, es tan pleno y total como este momento presente.

Ningún momento futuro puede añadir nada a lo que ya ahora y siempre es uno, pleno y total. Ni siquiera el que nosotros lo descubramos. Nuestro descubrimiento, nuestra realización personal, no significan nada para lo que ya es pleno y es tal ni aportan nada. Nuestra realización plena, cuando ella tiene lugar, no es nada más que la eclosión de lo que es, del Ser. 'Realización humana plena' es una forma de hablar, que no significa que la realidad, el ser, se acrecienten en alguna manera con ella. Es una forma dinámica de hablar, que tiene la ventaja de apuntar más a algo que acontece y que sufre el sujeto que a una acción propiamente tal y al sujeto que la realiza, aunque la cultura actual suele gustar de este segundo significado. Como si sujeto activo y acción fuesen diferentes del ser y le añadiesen algo, incluso muy importante y necesario, cuando resultan que ser y acción es la misma realidad, que no es pasiva ni activa, porque no es carente de nada ni es hija del tiempo, simplemente es.

En este sentido se entiende que a propósito de la vida, espirituales como Ibn Arabí digan que no puede tener fin lo que no tiene principio, que maestros espirituales sufíes y cristianos hablen de la vida espiritual como del regreso al lugar y estado de donde fuimos sacados, e hinduistas y budistas hablen de la necesidad de conocer verdaderamente nuestro ser, de saber quienes somos, porque conociendo nuestro ser conocemos todo.

Comenzamos este acápite afirmando que realización humana y realización humana plena tenían en común dos notas, ser humanas y ser autónomas. A la luz de cuanto hemos expresado se puede ver mejor hasta qué punto la nota de autonomía es una realidad en la realización humana plena. Esta es tan autónoma, que lo es hasta de nosotros mismos como sujetos. Es la nota de lo que es. Como igualmente lo es la nota de ser humana. La realización humana plena es tan autónoma que no es producto del sujeto, de la búsqueda y esfuerzo de éste. Si se la busca interesadamente, nunca se dará. De ahí que la espiritualidad como realización plena no tenga sentido, sea un error, decir «me he realizado». Hay que buscarla como si no se buscara.

3. El desapego como camino hacia la no dualidad.



Buscar como si no se busca, es decir, buscar sin ningún interés, confiados en la intuición-convicción de la unidad de todo, del que busca y de lo buscado. De ahí la importancia del desapego o, mejor aun, del no apego, como camino hacia esa unidad. El apego es fruto del interés, que supone ya de por sí dualidad, y acrecienta ésta. El desapego es el cultivo de lo contrario, del no interés, y una manera por lo tanto de reducir la dualidad, de deshacerla (el «no-hacer» de algunas tradiciones espirituales). Su valor espiritual no le viene por lo que tiene de ascesis, sino por lo que es y tiene de práctica hacia la unidad.

Seres vivientes como somos, dotados de habla, tenemos que construir, aunque lo hagamos culturalmente, el mundo que necesitamos para vivir como tales. Nos va la vida en ello, es de nuestro interés más vital. Y tenemos que hacerlo con las herramientas que tenemos, sentidos, mente, corazón, razón..., y de manera dual, en base a la estructura sujeto-objeto. No tenemos otra manera de asegurar nuestra vida y sobrevivencia como individuos y como especie. Ser duales e interesados es nuestra forma biológico-cultural de vivir. Es algo que hacemos sin descanso, y que de esta manera se convierte en nuestra realidad, a tal punto que no nos parece que pueda haber otra forma humana de vivir y garantizar nuestra sobrevivencia. Para nosotros, es la realidad, que reafirmamos en su evidencia con cada nuevo pensamiento y cada nueva acción. Imposible concebirla de otra manera. Cuando otra realidad se construye y de otra manera, como en el arte, una especie de sentido común inveterado se adelanta a decirnos que eso está bien como entretenimiento y como arte, pero que no es la realidad. En estos niveles tan profundos echa su raíz nuestro ser y actuar interesado.

De ahí la dificultad para siquiera imaginar y, peor aun, concebir, que lo que llamamos realidad es posible de otra manera, sin dualidad interesada y sin interés. Y sin embargo esta es la posibilidad que se nos abre desde el acceso a la dimensión profunda de la realidad y que se nos impone si aspiramos a que la realización humana plena pueda ser una realidad.

Por imposible que parezca, dimensión profunda de la realidad y la realización humana plena no son incompatibles con las necesidades que comporta vivir y sobrevivir ni se oponen a ellas. En este sentido incluso podríamos decir que no se oponen a la dualidad en cuanto pluralidad, pese a las muchas expresiones en contra que puedan encontrarse los grandes maestros espirituales. Estrictamente hablando, la incompatibilidad no es con la dualidad-pluralidad. La incompatibilidad es con el sentir, pensar y actuar interesados, siendo la única salida un ser, vivir totalmente desinteresado. ¿Será ello posible?

No todo actuar en nosotros está dirigido por el interés. Prácticas y relaciones consideradas personal y socialmente como las más humanas y realizadoras las sentimos dirigidas por un valor superior, hasta el punto que en ellas el interés está mal visto, como algo que las desnaturaliza y pervierte. Nos referimos por ejemplo a las prácticas del regalo y del don, en las que si hay interés, éste debe ser disimulado, porque, explícito, devalúa el regalo. Nos referimos también al desinterés auténtico con



el que personas, generalmente “anónimas” ponen en peligro su vida o la pierden por salvar en momentos de extremo peligro la vida de otros, o cuando familiares y amigos entregan un órgano al familiar o amigo que lo necesita. Característico en ambos tipos de acciones y lo que las hace tan nobles es el actuar como siguiendo un impulso superior, sin el más mínimo cálculo e interés, hasta el punto de escandalizarse cuando en entrevistas formales de investigación para conocer sus motivaciones se les preguntaban si lo habían pensado y reflexionado primero para, como una convicción, decidir luego tal acto de generosidad.

Común a estos varios tipos de prácticas evocados es la combinación que se da en los mismos de actuación y desinterés personal. Actuar así es, pues, posible. No solo es posible, cuando es la vida de otros la que está por medio, esta manera de actuar no es exigida, pero es reconocida y alabada como la forma más humana de actuar.

En esta línea de actuar sin interés, todavía de una manera más profunda, cotidiana y universal, es que se mueven las propuestas de las grandes tradiciones espirituales, apoyadas en la gran sabiduría antropológica que las caracteriza. En esta línea se ubica el «no hacer» (*wu wei*) taoísta, el dicho evangélico «que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha» (Mt 6,3), las Bienaventuranzas de los Evangelios, y «la renuncia a los frutos de la acción», o «el camino de la acción desinteresada», del Bahgavad Gita. Y testificando su verdad se encuentran las vidas plenas de muchos hombres y mujeres de todas las tradiciones. Son sus vidas las que nos dicen que es posible. Son sus vidas, antes que sus enseñanzas, las que nos dicen y nos muestran que el actuar sin interés no sólo es la manera humana más plena de actuar, sino la más digna del ser humano, la que más le realiza, la que le hace más feliz; la que crea una sociedad más justa.

Es más, si el criterio para valorar el accionar humano, y por tanto el ser humano, son sus resultados, como muy bien advierte Antonio González, comenzamos partiendo de una comprensión reduccionista y reductora del ser humano, cuya conclusión va a ser un ser humano valorado y justificado por sus logros, no por su ser, y responsable en definitiva de su suerte social, buena o mala. Antes del actuar existe el ser, y la plenitud del ser no es extinguida o borrada por ningún actuar. La dignidad del ser humano le viene de su ser y es a partir de esta dignidad, gratuidad, sobre ella y en función de ella que hay que construir la sociedad, no a partir de la competencia en los logros de la acción.

A propósito de la dualidad, hija del interés, Marià Corbí introduce una distinción muy sabia y pertinente entre el *supuesto* de la dualidad interesada creando entidades aisladas, interesadas, por todas partes, y la función que como seres vivientes tenemos que desarrollar para vivir y no morir. El la expresa así: «la mente puede continuar ejerciendo la función de cuidar de la supervivencia. Una cosa es la función de la mente para un viviente y otra cosa es el supuesto que ese funcionamiento induce desde la ignorancia: ser una entidad autónoma identificada al cuerpo. El supuesto debe ser destruido, la función no.» (M. Corbí, *Más allá de los límites. Meditaciones sobre la unidad*, CETR, Barcelona 2009, p. 25). La distinción es bien iluminadora: sin el



supuesto del interés y todos sus derivados podemos vivir y podemos destruirlos, es más, debemos destruirlos, la función no. En otras palabras, tenemos que descubrir que actuar es ser, que en ambos somos plenos y totales, y no necesitamos actuar movidos por el interés y apegados a sus resultados. Esto en vez de llevar a la acción plena, la limita.

El desapego, o no apego, es la forma de superar todo interés y caminar hacia la unidad, al ser y actuar puros. No importa como se viva, es camino obligado para la realización humana plena, y es un camino eficaz. Para el Maestro Eckhart el desapego total lleva prácticamente de manera directa a la unidad. El Bhagavad Gita dice: «Cuando un sabio logra entregarse a la acción libre de apego, pronto ha de alcanzar la unión con Dios.» (Cap. 5, 6)

4. Conocimiento silencioso o conocimiento humano pleno.

Hablar del conocimiento silencioso es otra forma de hablar de la espiritualidad, solamente que en términos de conocimiento o epistemológicos. Una forma muy frecuente entre los maestros espirituales de ver y presentar la espiritualidad, con la que se pretende singularizar este conocimiento entre todos, expresando de él que es *silencioso*, es decir, que en el mismo no hay sujeto y objeto, ninguna representación, ningún ruido de ningún tipo, subjetivo, objetivo, representacional, silencio puro y total, como la unidad y totalidad que se da en el mismo. Tal es el conocimiento en que consiste la espiritualidad. Conocimiento único en su naturaleza, además pleno y total.

Por ello también, para que el mismo se dé, tiene que haber sido silenciado todo otro tipo de conocimiento, incluido el menos funcional a la vida. Sin el silencio total de todo otro conocimiento, por definición siempre dual, no se dará el conocimiento silencioso. En este sentido conoce la misma ambivalencia del desapego: realización plena (silencio total) y el caminar hacia ella (silenciamiento de todo otro conocimiento), meta y camino.

El conocimiento dual engendra dualidad. Del conocimiento dual no puede surgir ni surge el conocimiento silencioso. Este solo puede surgir de si mismo. Todo conocimiento que no es él, en el mejor de los casos, sólo puede preparar condiciones, como veíamos a propósito del desapego o no apego. Y en tal sentido es conveniente y necesario su cultivo. Pero solo del silencio total puede surgir el silencio total, el conocimiento silencioso. El silencio que caracteriza el conocimiento silencioso no es resultado o producto de un conocimiento teórico, de ninguna meditación ni de ninguna técnica, por correctos que sean. Nace de si mismo, y ello no sin las condiciones de silencio adecuadas, pero no gracias a ellas. La espiritualidad como conocimiento es única, irreducible a ningún otro tipo de conocimiento.

El silencio de unos conocimientos, emociones y sensaciones, para mejor percibir otras, es una práctica constante en nuestras vidas. Somos nosotros los primeros en saber que no podemos sentir, percibir, experimentar y conocer todo de igual manera al mismo tiempo. Tenemos que establecer, y establecemos, prioridades. Con frecuencia



realidades que experimentamos o nos ocupan, absorbiéndonos, atrapándonos, parecen hacerlo por nosotros. Tal es el caso cuando estamos ensimismados en nosotros mismos o en algo, cuando contemplamos un paisaje particularmente impactante o una obra, cuando somos objeto de una atención reconocimiento inesperados y que nos desbordan, cuando tenemos que dar un pésame muy sentido, ... En todos esos momentos, así como en otros muy parecidos, el silencio de lo que no es la experiencia en sí se impone. Hablar en esos momentos se siente como una profanación. Y es que con las palabras se da una ruptura de la experiencia, una salida de la misma. De ahí que se prefiera el silencio al habla. Sin duda alguna, el silencio es más experiencial o está más próximo de la experiencia que el habla. Las realidades más sutiles o más impactantes hay que vivirlas en el silencio.

Para no hablar de la calidad de la concentración-silencios que atletas de punta y artistas se imponen a sí mismos y cultivan, los atletas para lograr el mayor rendimiento posible logrando su unidad máxima con el esfuerzo que está haciendo, los artistas para silenciar toda subjetividad posible y ayudar a que la creación emerja. La performance atlética y la creación artística verdadera sólo se dan más allá del pensamiento y de las palabras, en el silencio objetivo y subjetivo más grande posible.

Cuando sucede así, no es porque el conocimiento experimentado sea inferior al que pueda expresarse en conceptos y palabras. Todo lo contrario. Más envolvente y profundo es, más hay que vivirlo como experiencia que es y más difícil es objetivarlo y expresarlo en palabras. De manera que se puede formular el siguiente postulado: el conocimiento que es puro conocimiento y, por ello, el humanamente más realizador, será un conocimiento inefable, inexpresable, sin palabras.

La espiritualidad como experiencia es la realidad más sutil y la más impactante de todas las experiencias humanas y de la realidad en sí. Es la más envolvente y transformadora de todas. Ella en sí misma es la realidad. Y como es la realidad total, es también la realidad única, en la que no hay sujeto y objeto, ni relación entre ambos, en la que todo es uno, el que conoce, lo conocido y el acto de conocer, como ya decían los maestros taoístas.

¿Conocimiento, entonces, la espiritualidad? No conocimiento, si por conocimiento estamos entendiendo todavía, por sutil que sea, un sujeto conociendo algo. Como tampoco es procedente hablar de experiencia, si por experiencia se entiende un sujeto sintiéndose experimentar algo. Y in embargo, conocimiento, si por éste entendemos luz claridad y conocimiento de lo que es la realidad. Solo que conocimiento pleno y total. Es el *satchitananda*, *Sat* (Ser) *Chit* (Conciencia) *Ananda* (Beatitud), de la tradición *Vedanta Advaita*, notas características del *Brahman*, el Absoluto, e idénticas a él, como dice Corbí (*Más allá de los límites. Meditaciones sobre la unidad*, CETR, Barcelona 2009, p. 14). Ser-Conciencia-Beatitud. Conocimiento plenamente realizador.

De ahí la importancia de «frenar el diálogo interno» o «parar el mundo», dos expresiones con las que se conoce el esfuerzo por producir el silencio interior, emocional y mental, mucho más difícil de lograr, como lo sabe quienquiera se está



iniciando en la meditación, que el silencio meramente exterior. Y de todas las prácticas conocidas como «cultivo de ser interior» o de la «interioridad», que, silenciado la exterioridad y lo exterior, no buscan otra cosa que ayudar la percepción y experiencia de la unidad.

Pregunta de estudiante 1:

Es muy interesante y motivador esto de que la espiritualidad es la realización humana plena. Tengo una pregunta. Quisiera saber si hay relación directa entre la realización humana en la dimensión cotidiana de la vida, y la realización humana plena. O sea, la realización humana en el amor de pareja, en la familia, en la profesión y el trabajo, en la convivencia comunitaria, etc., ¿pueden entenderse como parte de la realización humana plena? ¿Qué valor tiene el amor de pareja, la familia, el trabajo, la convivencia fraterna, en la realización humana plena, en la espiritualidad?

Pregunta 2.

Quisiera preguntarle sobre el budismo. Yo sé que hay distintas concepciones y modos de practicar el budismo. Mi pregunta se refiere a esa manera particular de entender el budismo como una forma o un modo de superar el sufrimiento y el dolor, mediante un proceso de apagamiento de la conciencia por el cual nos liberamos de toda necesidad y de todo deseo e interés, de manera que no teniendo necesidades ni intereses ni deseos, no tendremos por consiguiente insatisfacción ni sufrimiento. Pero ¿puede entenderse este desapego y desinterés total, el no tener ni sentir necesidades, ni tener aspiraciones ni deseos de nada, como la verdadera realización del ser humano? Porque no me parece que el desapego y el desinterés, el llegar a no sentir necesidades ni deseos ni proyectos, sea de por sí creación, como usted nos explicó en la clase anterior, que es la espiritualidad, creación verdadera y plena realización.