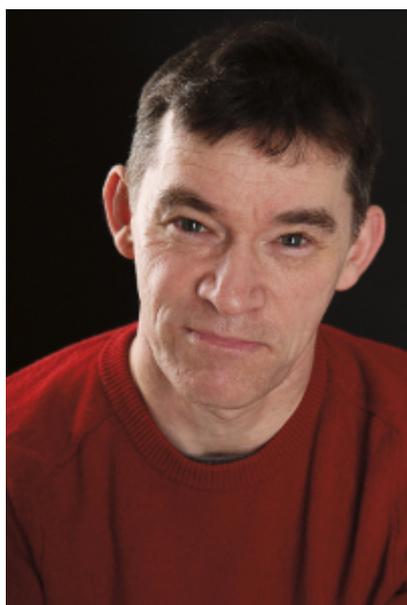


Activismo espiritual

La búsqueda espiritual no debe comportar narcisismo, sino altruismo y compromiso

por *Steve Taylor* | 24 de junio de 2016



Una crítica que a menudo se hace a los buscadores espirituales es que son narcisistas, que están demasiado preocupados por su propio bienestar y no lo suficiente por el bienestar de los demás. De manera similar, a menudo se les critica por ser demasiado pasivos y estar desconectados del mundo. Se vuelven indiferentes a los asuntos mundanos y se contentan con que el mundo permanezca como está, sin interferir en él. Al fin y al cabo, ¿no es esto para lo que sirven los monasterios, ermitas y otras formas de retiro — para alejarnos del mundo, de modo que podamos llegar a estar completamente absortos en nosotros mismos? Y en menor escala, ¿no es esto lo que hacemos cuando nos sentamos a meditar — cerrar los ojos al mundo y a desaparecer en nuestro propio ser?

Estas creencias tienen cierto fundamento. Algunas tradiciones espirituales efectivamente mantienen prácticas de trascendencia y desapego, indudablemente tradiciones monásticas como las del budismo, el hinduismo y el cristianismo. Algunas tradiciones espirituales y maestros (como el Vedanta Advaita y algunos maestros contemporáneos de la no-dualidad) también sostienen que el mundo es una ilusión y cultivan, por tanto, cierta indiferencia ante el dolor y el sufrimiento. ¿Por qué deberíamos preocuparnos por el sufrimiento si es fundamentalmente irreal? O desde una perspectiva ligeramente diferente, algunas enseñanzas sostienen que, si bien el mundo puede ser real en sí mismo, sus aparentes dificultades son irreales. El mundo existe en un estado de perfección, ¿cómo pueden los problemas existir? Tales actitudes ciertamente promueven un alejamiento del mundo y una indiferencia hacia los problemas sociales o globales.

Sin embargo, en mi investigación sobre el despertar espiritual, constantemente me he encontrado con lo opuesto: que los individuos despiertos tienden a volverse más altruistas y, a menudo, se vuelven más comprometidos y activos.

Cuando las personas experimentan un desarrollo espiritual —o un despertar espiritual en toda regla— desarrollan un fuerte sentido de la compasión, a medida que sus propios límites se vuelven más difusos. Desarrollan un punto de vista más amplio, una perspectiva

universal, en lugar de sumirse en un estrecho mundo de problemas e inquietudes personales. También desarrollan una moral más incluyente e incondicional. No practican la "exclusión moral", sino que extienden su benevolencia a todos los seres humanos sin distinción. Para las personas despiertas, la justicia y la equidad son principios universales que trascienden las leyes o las convenciones. Incluso pueden estar dispuestos a infringir leyes si es necesario, e incluso a sacrificar potencialmente su propio bienestar —quizá incluso sus vidas— para defender principios morales. Por eso, a lo largo de la historia, muchos de los grandes idealistas y reformadores sociales del mundo fueron individuos espiritualmente desarrollados, como el arzobispo Desmond Tutu, Gandhi, Jesús y posiblemente figuras como Martin Luther King y Nelson Mandela.

Como resultado de estas características, las personas espiritualmente desarrolladas sienten un fuerte impulso de ayudar a aliviar los sufrimientos de otras personas o de ayudarlos a alcanzar su potencial. Sienten un fuerte deseo idealista de cambiar el mundo para bien, un impulso para servir a otras personas y contribuir de algún modo a la raza humana.

Acción despierta

Otro resultado del desarrollo espiritual es la capacidad de ser, o de no hacer nada. La necesidad de hacer las cosas por el simple hecho de hacerlas se desvanece, y comenzamos a saborear el momento presente, y a dedicar más tiempo simplemente a asimilar la realidad de nuestra experiencia momento a momento. Al mismo tiempo, las personas espiritualmente desarrolladas no necesariamente se vuelven pasivas e inactivas. En muchos casos, en realidad se vuelven más activas y comprometidas.

Esta actividad intensificada generalmente se expresa a través de la creatividad o el altruismo, y a veces ambas cosas. Cuando las personas espiritualmente desarrolladas se expresan como artistas, a menudo son extremadamente prolíficas. Por ejemplo, dos de los poetas más famosos del mundo, Walt Whitman y William Wordsworth, eran personas muy desarrolladas espiritualmente, que escribieron miles de poemas con una inagotable energía creativa. El autor británico D.H. Lawrence escribió 45 libros, a pesar de morir joven a la edad de 44 años. Esta prolífica creatividad se hace posible porque hay una mínima interferencia entre la propia mente del artista despierto y la fuente trascendente de la creatividad. Otros artistas podrían enfrentarse al "bloqueo del escritor" o a la falta de inspiración, cuando sus propios pensamientos y conceptos obstruyen el flujo creativo, pero los artistas despiertos son como canales que siempre permanecen completamente abiertos.

También hay muchos ejemplos de personas despiertas que han realizado esfuerzos altruistas con increíble energía y determinación. Uno de los mejores ejemplos es Florence Nightingale, que es más conocida como creadora de la profesión de la enfermería moderna, por fundar hospitales y entrenar a decenas de miles de enfermeras. También inició muchas otras reformas sociales, revolucionando la atención sanitaria en toda la sociedad, al tiempo que escribió numerosos libros. Era tal su inagotable energía, que llegó a ser conocida como el "poder Nightingale". Pero lo que menos se sabe de ella es que era una persona profundamente espiritual, que escribió varios libros sobre misticismo cristiano. La gran

erudita de la mística, Evelyn Underhill, la llamó "una de las más grandes y equilibradas contemplativas del siglo XIX". Como escribió Nightingale, "El Cielo no es ni un lugar ni un tiempo. Puede haber un Cielo no solo aquí, sino ahora. ¿Dónde encontraré a Dios? En mi misma. Esa es la verdadera Doctrina Mística".

Y la vida de intenso altruismo de Florence Nightingale tiene otros precedentes entre los místicos cristianos. La mística italiana del siglo XIV, Santa Catalina de Siena, pasó tres años viviendo como ermitaña y asceta antes de experimentar una transformación permanente. A partir de ese momento abandonó la soledad y estuvo activa en la sociedad por el resto de su vida, enseñando, sirviendo a los pobres y enfermos e intentando llevar la paz a los estados italianos en conflicto. De manera similar, su compatriota (y homónima) del siglo XV Catalina de Génova pasó

cuatro años viviendo como asceta, hasta que alcanzó un estado duradero de despertar, en el que —en palabras de su biógrafo del siglo XIX— "su mente se volvió clara y libre, y tan llena de Dios que ya nada más entró en ella". Y a partir de entonces, se volvió tremendamente activa como teóloga y enfermera, atendiendo a los enfermos y pobres de Génova y finalmente convirtiéndose en la administradora y tesorera del hospital de la ciudad. Del mismo modo, la mística Santa Teresa de Ávila llevó una vida de actividad frenética, incluyendo la fundación de 17 conventos y la escritura de varios libros.

Parte de la razón por la cual es posible que las personas despiertas sean tan activas y enérgicas es porque su energía proviene de una fuente trascendente. No tienen que esforzarse, simplemente permiten que la acción fluya a través de ellas. En términos taoístas, se dedican a la "acción sin acción". Dado que están en armonía, el Tao se expresa naturalmente a través de ellas.

Por tanto, el desarrollo espiritual habitualmente conduce a un mayor altruismo y a una actividad más productiva y significativa. Esto no siempre sucede, por supuesto. También hay un lado sombrío del desarrollo espiritual, una posibilidad de narcisismo desequilibrado. Pero, en general, el despertar espiritual es un cambio hacia un estado de ser más expansivo, sano y funcional, y el aumento del altruismo es una de las formas en que se expresa.

Traducción de Fico

Fuente: *Psychology Today* (<https://www.psychologytoday.com/>)



Florence Nightingale

© NODUALIDAD.INFO

Web page design and custom graphics © 2016 troman.com