

¿Puede ser la mística una “terapia” para las religiones?

Autora: M^a Isabel Rodríguez Fernández

Artículo publicado en: Anuario de Estudios Místicos, Nº 4. Centro Internacional de Estudios Místicos (CIEM). Ediciones Monte Casino, 2007. p. 18-28. Una copia del mismo ha sido también publicada en la revista Cistertium (Julio-Diciembre 2008, nº 251, 299-316)

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se ha visto inspirado inicialmente por la idea de Metz de que la mística puede ser una “terapia de choque” para las Iglesias¹. A partir de esta idea nos planteamos la pregunta de si dicha propuesta, puede darnos una posibilidad de “terapia” real, que pueda ser beneficiosa para las religiones y para mejorar las relaciones entre las mismas.

Parece ser que la mística supone un enriquecimiento para la vida espiritual, pues parte de una experiencia profunda, que para algunos es la máxima expresión de la vida religiosa o incluso la raíz en la que se apoyan todas las religiones y sistemas teológicos. Si este enriquecimiento que puede proporcionar la mística, es real. ¿No podríamos pensar que la mística puede dar algo positivo a las religiones y a quienes las practican?

Aclararemos en primer lugar los términos terapia y mística para ver después en qué sentido los podemos relacionar.

¿QUÉ ES UNA TERAPIA?

Una terapia es aquello que sirve para tratar o paliar una enfermedad o disfunción. En el presente trabajo nos centraremos en el término que consideramos más afín para la cuestión planteada, que es el de psicoterapia o en su sentido etimológico “terapia del

¹ J.B. Metz (apud M. Fraijó) En la cita: *A vueltas con la religión*. Navarra, Editorial Verbo Divino. pp. 239.

alma" de las personas. Usaremos dicho término y sus definiciones, en un sentido metafórico y no literal.

La psicoterapia sería fundamentalmente un tratamiento que proporciona alguien que tiene un determinado entrenamiento (un terapeuta), que establece una relación con alguien que necesita ayuda para *suprimir, modificar o paliar los síntomas existentes, intervenir en las pautas distorsionadas de conducta y promover el crecimiento y desarrollo positivos de la personalidad*². Todo ello trataría de generar cambios positivos en las personas que necesitan ayuda, por tener algún tipo de problema o alteración psíquica.

La pregunta que puede surgir a continuación, puede tener qué ver con cuál es la relación de esta cuestión con lo que puede estar pasando en las religiones. Contestaremos utilizando los tres elementos que hemos utilizado para definir lo que es una terapia para mostrar las posibilidades que esta definición ofrece para ayudar a las religiones a "sanarse", a mejorarse o simplemente a paliar algunos de sus problemas.

En primer lugar, para poder "modificar o paliar síntomas", parece que haría falta detectar dichos síntomas, para ver que aquello que pretendemos tratar sufre algún tipo de alteración. Así que, nos tendríamos que preguntar si las religiones sufren algún "síntoma" que indique disfunciones o alteraciones. Sin necesidad de ahondar en muchos detalles, si miramos a la situación mundial, podemos ver los numerosos conflictos que hay en nuestro planeta, y es fácil darse cuenta de que muchos de dichos conflictos, tienen que ver con motivos religiosos. Muchas guerras se han iniciado en el pasado y en la actualidad por dichos motivos, y más en concreto, cuando van unidos al fanatismo e intolerancia, de algunas personas y grupos humanos, en relación a la manera de vivir su religión y de posicionarse ante las demás. Además, diferentes instituciones religiosas sufren crisis por haber sufrido diversas críticas o por el abandono de sus fieles, por diferentes motivos, de los que los propios fieles o las instituciones religiosas pueden ser responsables. A veces la institución es la responsable por no responder a las expectativas de sus miembros o por ignorancia, e incompreensión de sus miembros, entre otras posibilidades, derivados de factores que en este momento sería complejo analizar. Estas crisis que sufren algunas religiones e

² G. Feixas, M.T. Miró. *Aproximaciones a la psicoterapia. Una introducción a los tratamientos psicológicos*. Barcelona, Paidós, 1993. pp. 15.

instituciones religiosas, son situaciones que se podrían resolver o al menos paliar, e incluso se podrían utilizar como vehículo de toma de conciencia para el propio crecimiento, viendo los propios errores para mejorar y así llegar a una mejor actitud global. En resumen, podemos decir, que diferentes síntomas dentro de las religiones y en las relaciones entre ellas, nos ponen de manifiesto la necesidad de buscar alguna solución o alguna vía de salida o de mejora.

Con respecto al segundo elemento utilizado para definir la psicoterapia: "intervenir en las pautas distorsionadas de conducta", nos sirven los ejemplos previos para mostrar dichas pautas distorsionadas. Cuando esta definición se aplica a individuos, una de las pautas distorsionadas es la dificultad en las relaciones interpersonales o la falta de flexibilidad. En el caso de las religiones y sus representantes, parece fácil darse cuenta de las dificultades que muestran algunos de ellos, en la relación con los miembros de otras religiones o con que tienen diferentes puntos de vista. O bien, de quienes adoptan posiciones radicales desde la aparente increencia y escepticismo, pero que también pueden estar impregnadas de dogmatismo e intolerancia. Por lo tanto, podemos darnos cuenta de que en ocasiones se da una distorsión, dentro y fuera de las religiones, que lleva a la rigidez y al fanatismo y que tienen que ver con las alteraciones que queremos poner de manifiesto en el presente trabajo.

Por último, el elemento de la psicoterapia "promover el crecimiento y el desarrollo positivo de la personalidad" apunta a ir más allá de unos síntomas que son manifestación de problemas. Es decir, esa "terapia" pretendería buscar una mayor evolución o desarrollo de quién tiene el problema susceptible de ser tratado. Parece que en el caso de las religiones, el fomentar la madurez, en forma de crecimiento y desarrollo positivo de la personalidad de quienes integran las religiones, podría contribuir a la mejoría del funcionamiento de los diversos grupos religiosos. Al igual que promover dicho crecimiento en cualquier ser humano, sea o no creyente, puede facilitar el diálogo y la comprensión entre personas que piensan diferente. Algo que parece especialmente urgente y perentorio para aquellos que detentan puestos de mayor responsabilidad (religiosos o políticos), al ser quienes toman las decisiones que condicionan la vida de las personas y que por lo tanto pueden llevar a quienes les siguen a la catástrofe o a que huyan en pos de mejores respuestas para sus vidas, si no caen en la decepción y en la desesperación. En ese crecimiento, no siempre se

libera uno de problemas o dificultades, pero sí aprende y desarrolla nuevas posibilidades, perspectivas y habilidades ante la realidad.

En el presente trabajo no pretendemos dar solución a todos los problemas que sufren las religiones, pero sí nos parece importante intentar señalar algún elemento que podría ser útil para un mejor funcionamiento y desarrollo, de las diferentes religiones y de quienes las practican y plantear alguna posible vía para ello.

Ahora nos puede surgir la pregunta sobre qué tiene que ver esto de la terapia con los problemas religiosos, que parecen no estar a un nivel psicológico, sino espiritual. La respuesta inicial por nuestra parte, es responder con la pregunta ¿dónde está el límite entre lo psicológico y lo espiritual? Ya que sabemos, que la manera en la que vivimos las cosas en el mundo y por lo tanto, nuestra experiencia espiritual, está condicionada por nuestra estructura psíquica. Esto no quiere decir que pretendamos caer en un reduccionismo psicologista en el que queramos resolver todos los problemas del ser humano desde un plano psicológico. Simplemente querríamos indicar, que el límite entre mente y espíritu no es nítido y que ambas realidades influyen la una en la otra. Por eso, si intervenimos en la parte psicológica podemos beneficiar en algún sentido la espiritual y viceversa. Es decir, que es posible, que también una intervención desde una perspectiva espiritual, pueda añadir beneficios a la mente, aparte de los que ya de por sí se puedan dar en el espíritu. Por otra parte, no pretendemos reducir el problema de las religiones a un problema psicológico, sino usar como metáfora del complejo problema de las religiones, lo que es un problema psíquico y su solución.

La "psicoterapia", en este caso, sería un término que haría más bien alusión a una especie de terapia espiritual o desde una perspectiva mística, en la podríamos pensar que algunas de las estrategias planteadas podrían usarse desde el espíritu, de tal manera que tratáramos de "suprimir, modificar o paliar los síntomas existentes", en este caso a un nivel espiritual, en forma de disfunciones o alteraciones de la vida espiritual. Así que buscaríamos intervenir en las pautas distorsionadas de conducta, en relación con las conductas relacionadas con dicha vida espiritual y/o "promover el crecimiento y desarrollo positivos de la personalidad", que en este caso se podría decir mejor como una promoción de "crecimiento y desarrollo positivos" de la espiritualidad. Lo que no quita, como ya se ha señalado previamente, podría resultar de ayuda ordenar o "sanar" la dimensión psicológica de la persona con diferentes técnicas de

psicoterapia existentes, para así favorecer la armonía y el equilibrio de la persona que sigue una determinada praxis espiritual. Por ejemplo, si uno consigue controlar ansiedades, obsesiones o angustias, es seguro que su práctica espiritual se beneficiará. De esta forma se dejaría el terreno preparado para una siembra que pueda dar los frutos esperados, y por lo tanto favorecer una experiencia espiritual sana.

Como este escrito está centrado fundamentalmente en plantear los aspectos "terapéuticos" que podría aportar la mística, no ahondaremos en mostrar las posibilidades de las terapias psicológicas para ayudar y favorecer el desarrollo de las personas, sino que pasaremos a proponer la mística como una terapia para el espíritu individual y colectivo, usando como base la definición de psicoterapia "espiritualizada" que se ha utilizado unas líneas más arriba.

Pero para poder entender la función terapéutica de la mística, parece obligado entrar primero en una aclaración y descripción de lo que es la misma.

¿QUÉ ES LA MÍSTICA?

Sabemos que el término ha adquirido diferentes significados a lo largo de la historia, además de haberse utilizado con frecuencia de forma inadecuada e imprecisa. Pues por ejemplo se han seleccionado sólo algunos elementos más exóticos o paranormales de este tipo de experiencias, o se ha definido en relación con ámbitos no religiosos o en relación con contextos religiosos determinados, o solamente asociado a determinadas figuras históricas (como Santa Teresa o San Juan de la Cruz); situaciones que han contribuido a que esta palabra inicialmente pueda generar confusión o asociarse a lo que no es. También es frecuente que la mística se entienda como una forma especial de religión, o como una etapa de la evolución religiosa de la humanidad³.

Parece ser, que el término mística viene del vocablo griego *myein*, que significa cerrar la boca y los ojos, de donde se deriva la idea de la relación de la palabra mística con realidades ocultas o misteriosas⁴ de las que no se habla con no iniciados⁵. Por ello, la

³ J. Martín Velasco. *El fenómeno místico. Estudio comparado*, Madrid, Editorial Trotta, 2003. pp.25.

⁴ *Ibid.* pp. 19.

mística se ha relacionado, con frecuencia, con la separación del mundo, el recogimiento y con la unidad inmediata con lo Absoluto o con Dios, en la que se da *una experiencia de unidad intuitivo-inmediata* en la que se elimina la escisión sujeto-objeto⁶, en la que Dios podría ser ese objeto con el que el individuo se siente unido como sujeto, pero que a su vez sería un estado difícil de comunicar y que llevaría al sujeto que vive esta experiencia, a permanecer en silencio.

Pero la mística no tiene por qué ser algo oculto o misterioso, tal como han manifestado algunos autores. Por ejemplo, Panikkar define la mística como *la experiencia de la Vida*⁷, entendiéndose como una experiencia completa e integral (corporal, intelectual y espiritual al mismo tiempo), no fragmentaria o indivisa, en la que nos concentraríamos en lo esencial, sin distracciones que nos distraigan de lo fundamental de la existencia. A dicha experiencia se llama con frecuencia *consciencia*⁸ ya que implica estar consciente de la realidad en su totalidad. Además, para Panikkar⁹, es preciso superar el egoísmo y morir al ego para llegar a esta experiencia mística, que a la vez sería un camino para reintegrar al verdadero ser del hombre. Siendo en este sentido, la mística, concebida como una dimensión antropológica, que pertenece a todo ser humano, al menos potencialmente y que tendría como eje el amor. Por todos estos motivos, este autor propone llamar mística a la *totalidad de la experiencia*¹⁰, de tal manera que no nos distraería de lo cotidiano, sino que nos conectaría con una experiencia en la que temporalidad y eternidad se unen, pues *el místico descubre la eternidad en el instante y continúa con pasión el juego de la Vida*¹¹. Entonces, sería posible una experiencia mística en medio de la vida cotidiana, de tal manera que se integren acción y contemplación¹², algo de lo que ya tenemos numerosos ejemplos históricos, como es el caso de Santa Teresa de Jesús.

Si definimos la mística desde la experiencia personal de quién es considerado místico, se puede afirmar que *el místico es alguien que vive personalmente la religión a la que pertenece, que ha tomado contacto experimental con la realidad última, el Misterio,*

⁵ H. Küng *El cristianismo y las grandes religiones*. Madrid, Libros Europa, 1987. pp. 212.

⁶ *Ibid.* pp. 213.

⁷ R. Panikkar. *De la mística. Experiencia plena de vida*. Barcelona, Herder, 2005. pp. 19.

⁸ *Ibid.* pp. 100.

⁹ *Ibid.* pp. 19-27.

¹⁰ *Ibid.* pp. 37.

¹¹ *Ibid.* pp. 38.

¹² J. Martín Velasco. *Op. cit.* pp. 482.

*Dios, lo Divino, a quién remiten todos los elementos de su religión*¹³. Es importante tener en consideración este aspecto, porque casi todos los grandes místicos, han crecido y se han desarrollado dentro de un contexto religioso determinado, en el que se han apoyado y les ha servido de base para fundamentar su experiencia. En este punto, también es importante señalar el paralelismo que se puede encontrar entre esta idea de mística y la de religiosidad intrínseca (o de vivencia íntima de la religión, que a su vez se relaciona con una expresión integrada de los pensamientos y prácticas religiosas), que estaría en relación más o menos equilibrada o desordenada, con lo que se ha llamado religiosidad extrínseca (que sería el uso de las prácticas externas de la religión para buscar relación social, seguridad o status, es decir, como un instrumento de las propias motivaciones religiosas y no como el origen de éstas)¹⁴.

En general, la mística se relaciona con contextos religiosos, pero parece que no siempre tienen por qué darse este tipo de experiencias en dicho contexto. Por ejemplo, autores como Martín Velasco hablan de formas no religiosas de mística o de mística profana¹⁵, en las que lo importante es la referencia a una realidad última¹⁶, que no siempre tiene por qué entenderse dentro de un contexto religioso, porque la persona que las vive no lo conoce o porque se ha separado del mismo. En consonancia con esta idea, Fraijó afirma que *para ser místico no es necesario adherirse a una creencia religiosa determinada*¹⁷ y que *basta con ser religioso en un sentido amplio*¹⁸. Esta religiosidad entendida en un sentido más amplio, estaría relacionada con una actitud de sobrecogimiento ante el mundo o la existencia y se daría en una *actitud contemplativa, expectante, estética, artística frente a la vida*¹⁹. Se daría una situación en la que se siente una especie de *simpatía universal*, en la que se toma conciencia de la *riqueza y el valor de la vida*, de tal forma que quién vive este estado *se siente uno con todos los miembros de la creación*²⁰.

¹³ Ibid. pp. 253.

¹⁴ G.W. Allport, J.M. Ross. Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1967; 5: 432 – 443.

¹⁵ Ibid. pp. 97-129

¹⁶ H. Küng. Op.cit. pp. 213.

¹⁷ M. Fraijó. *A vueltas con la religión*. Estella, Editorial Verbo Divino, 3ª edición, 2005. pp. 223.

¹⁸ Ibid. pp. 224.

¹⁹ Ibid.

²⁰ Ibid.

Otra acepción del término mística estaría en un sentido espiritual y teológico, que es el que se refiere *al conocimiento más íntimo de la naturaleza divina*²¹, que se obtendría mediante una unión con Dios. Idea que estaría en sintonía con la posibilidad de entender la mística como el *culmen de la vida del hombre*²², en el que nos enfrentaríamos con el fundamento mismo de la vida humana y de toda la realidad. Esto nos conecta con la afirmación de que la experiencia mística sería una forma suprema de experiencia religiosa, o la forma más íntima de la religión²³.

En función de las definiciones que estamos dando, podemos ver que hay diferentes enfoques de lo místico. Algo que podemos ver a lo largo de la historia de las religiones, en la que las diferentes concepciones de lo religioso o lo esencial de la experiencia de Dios, se ponen de manifiesto desde diferentes perspectivas. En esa historia de las religiones se han ido produciendo cambios, transiciones, modificaciones en la trayectoria y manera de asumir dichos procesos. Hemos podido comprobar como las diferentes hierofanías llevan a unas determinadas visiones y a sus cultos y dioses correspondientes, que son sustituidos por otros y que se asumen por un determinado grupo cultural. Dichos cambios se aprecian mejor con una perspectiva histórica de muchos años que a lo largo de una sola generación, quizás por eso, hoy en día sea más difícil constatar que dentro de las religiones de nuestro planeta, se está dando algún tipo de cambio real o que dicho cambio lleve a algún lugar positivo. Tal vez, las hierofanías más primitivas, tengan en sí algo de místico, en el sentido de ser experiencia íntimas de una dimensión espiritual que se intuye o bien sean atisbos de una primera realidad última, que se ha vivido e interpretado de manera diferente en distintos contextos históricos y culturales. Parece ser, que la manera en la que se experimenta e interpreta la experiencia mística, se ve influenciada por condicionantes culturales y además por nuestra propia personalidad y sus límites²⁴ que suponen que interpretemos dicha experiencia en relación con cómo vivimos las referencias de nuestro propio contexto cultural²⁵ y con la manera en la que se da el funcionamiento de nuestra conciencia, cuyo desarrollo puede ser mayor o menor, con capacidades perceptivas mejores o peores²⁶. Todo ello nos lleva a experimentar la realidad en

²¹ J. Martín Velasco. Op. cit. pp.20.

²² R. Panikkar. Op. cit. pp. 39.

²³ H. Küng. Op. cit. pp. 210.

²⁴ E. Underhill. *La mística. Estudio de la naturaleza y desarrollo de la conciencia espiritual*. Madrid, Trotta, 2006 pp. 19.

²⁵ H. Küng. Loc. cit.

²⁶ E. Underhill. Op. cit. pp. 22-24.

general desde un sesgo personal y cultural, y por lo tanto, lo mismo sucederá con todo lo que tenga que ver con la experiencia mística, que por otra parte, parece estar necesitada de una estructura, para que quién la viva no se pierda en sí mismo o en su subjetividad.

Sabemos, por otra parte, del aumento, en la actualidad, de personas interesadas en cuestiones espirituales, a pesar de no mostrar interés en cuestiones religiosas, porque consideran, que se han vaciado de su contenido original. De alguna manera, las personas siguen interesadas en llegar a la experiencia religiosa original auténtica, que muchas veces se ha perdido en la propia religión o se ha visto dañada por diferentes vivencias personales negativas. Esta situación ha llevado a muchos a buscar en las religiones orientales una religión que se pueda palpar y experimentar²⁷, en la que se pueda tener una experiencia genuinamente espiritual, de tal manera, que la vivencia de la religión o de lo espiritual no consista en asumir una serie de dogmas vacíos de contenido.

Otra cuestión, es que para algunos, los hechos históricos parecen demostrar, que las religiones místicas practican la tolerancia con más facilidad que las religiones proféticas, que exigen una adhesión más condicionada que aquéllas²⁸. Si esto es verdad, seguramente, estas religiones nos pueden enseñar otras maneras de relacionarnos con otros puntos de vista. No obstante, a pesar de las diferencias o enfoques desiguales entre las religiones, parece que algo importante, es poner más énfasis en la unidad en la meta²⁹, más que en los pasos previos que se deben dar para llegar a la misma. Si conseguimos estar de acuerdo en que todo ser humano aspira en lo más íntimo de su ser a una misma meta, que tiene que ver con una culminación de la unión con una realidad espiritual superior, es más probable que al menos encontremos en el diálogo puntos de encuentro real.

Para finalizar este apartado, es preciso que no olvidemos que *el itinerario místico no tolera atajos*³⁰, que cada paso del camino tiene su sentido y que además, toda mística tiene una parte ascética de esfuerzo y sacrificio, o de purificación del propio egocentrismo. *Sólo pasando por la nada de ideas, sentimientos, estados de ánimo; por*

²⁷ H. Küng. Op. cit. pp.209.

²⁸ Ibid. pp 420.

²⁹ Ibid. pp. 209-210.

³⁰ J. Martín Velasco. Op. cit. pp. 481.

la nada de sí mismo (...) que es la noche en sus últimas profundidades, se tiene acceso al todo de Dios³¹, y si esto no se da, es más posible que distorsionemos a Dios y que lo construyamos en nuestra mente a nuestra medida y por lo tanto caigamos con más facilidad en dogmatismos y fanatismos que hagan enfermar nuestra propia religión o espiritualidad y alteren el diálogo con otras perspectivas diferentes a las nuestras. Este punto es importante, porque con frecuencia se habla de mística ignorándose la parte ascética, porque la idea del esfuerzo personal o del sacrificio parece una propuesta de mal gusto.

¿PUEDE SER LA MÍSTICA UNA TERAPIA PARA LAS RELIGIONES?

El objetivo de este trabajo era inicialmente plantear el tema, de si la mística puede ser una especie de "terapia" o camino de mejora de los problemas que hay dentro de una religión, o de los conflictos que se dan entre las diferentes religiones. A continuación trataremos de responder a esta cuestión.

Tal y como ha manifestado Panikkar, seríamos ingenuos o pretenciosos, a la vez que caeríamos en un error, si pretendiéramos afirmar que la mística es un remedio para todos los males de la humanidad³², pero tampoco podemos minimizar la riqueza que puede aportar a la experiencia humana y el beneficio individual y colectivo que nos puede llegar a dar. Pues parece ser que la experiencia mística genuina, nos empuja a buscar la esencia de lo real o a la integración y unificación de la experiencia humana y en última instancia, si se llega a la unión con Dios, a una visión amorosa sobre todas las cosas, en la que sea posible una mejor comprensión y diálogo con toda la realidad, y por lo tanto con nuestros semejantes, dentro y fuera de un mismo contexto cultural o religioso.

Si la mística es realmente capaz, como se ha descrito previamente, de conseguir que el individuo llegue a un estado en el que ve la riqueza y el valor que tiene la vida y además "se siente uno con todos los miembros de la creación", es fácil llegar a pensar que si diferentes personas llegan a semejantes estado, esto podría suponer unos beneficios importantes para quienes se relacionen con ellos. Esa actitud positiva ante la

³¹ Ibid. pp. 481.

³² R. Panikkar. Op. cit. pp. 42

vida, seguramente pueda llegar a paliar algunos problemas de tipo espiritual o religioso, que antes hemos llamado "síntomas". Por ejemplo si consigue estimular a las personas a tener conductas más apropiadas ante el mundo y los demás, pues ya no se ven como "otros" separados, sino como partes de uno mismo y de Dios. ¿Y es posible entrar en conflicto con aquello a lo que se ve como algo positivo y valioso, a lo que uno se siente unido? Si es así como el místico vive la realidad, es lógico pensar que su actitud ante personas que piensen de manera diferente, será amorosa y no de confrontación o violencia. Además, parece factible suponer que quién así se llega a sentir, ha debido experimentar un "crecimiento y desarrollo positivos" de su personalidad.

En muchos místicos se ponen de manifiesto estas cuestiones, en forma de actitudes amorosas ante la realidad, de búsqueda de la verdad o de admiración ante toda la creación. ¿Es posible que alguien que ha llegado a este punto desee dañar a otros arbitrariamente y que no esté abierto al diálogo o a una búsqueda de soluciones lo menos cruentas posibles para los problemas que se dan entre los seres humanos? Y si esto es así, ¿no sería deseable que todos nosotros llegáramos a ver así la realidad para crear un mundo mejor?

¿Pero cómo se puede conseguir? ¿Cualquier persona puede llegar a ser un místico? La respuesta no podemos darla, puesto que no hemos podido comprobar los efectos en el mundo, de darse este cambio en las conciencias de las personas. Pero sí podemos proponer que seguir un camino místico puede tener para el ser humano y su espíritu, los beneficios que una psicoterapia puede aportar a su mente o un fármaco a su cuerpo. Tenemos numerosos ejemplos de personalidades que a lo largo de la historia han seguido ese camino y que han elevado con sus testimonios el horizonte de nuestras metas. Quizás sus recorridos puedan servirnos de ejemplos a seguir, como pautas terapéuticas para curar nuestros espíritus o sus reflexiones y poemas nos puedan inspirar a un nivel más profundo, que el de cualquier pauta o método para alcanzar la liberación. Quizás también sea posible el aprender a pensar de otra manera, para ampliar nuestra capacidad de percepción de la realidad y en este sentido parece necesario un trabajo sobre nuestra conciencia, para afinarla como un ojo del espíritu que pueda ver cada vez con una mayor nitidez.

Por otra parte también podemos recibir las objeciones de quienes nos pongan delante los hechos conflictivos de la vida de muchos místicos, mostrándolos como personas rebeldes, problemáticas o excesivamente exigentes con el tipo de vida que es más conveniente llevar. Podemos rebatir estas ideas, señalando que los conflictos que han sufrido numerosos místicos a lo largo de la historia, no han sido porque ellos buscaran dicho conflicto, sino que el conflicto ha surgido por parte de mentes intolerantes, inflexibles e incluso enfermas que necesitaban aferrarse a un esquema rígido de la realidad para tener seguridad, en un mundo que interpretaban como fuente de dolor, sufrimiento o de numerosas hostilidades. Ante estas actitudes, encontramos la firmeza y consistencia de los místicos ante diversas formas de intimidación, aunque tampoco debemos idealizarles si en algún momento han errado, como seres humanos que son. Quizás si hubieran conocido más de la psicología humana, de estrategias de comunicación o de diplomacia hubieran conseguido más de lo que consiguieron.

Otro aspecto que no debemos perder de vista, es que la experiencia mística va unida siempre a una interpretación, relacionada con el contexto cultural y la estructura de personalidad de quién vive esa experiencia, tal y como hemos señalado previamente. Ambos aspectos pueden condicionar el significado que se le de a esa experiencia, algo que puede ser útil para proporcionar un marco interpretativo o de significados, pero que también puede llevar a una peligrosa distorsión, si el sujeto que vive esta experiencia tiene una visión o percepción del mundo limitada, dogmática o egocéntrica. En estos casos, es posible que esa mística se manipule, o se interprete de manera interesada. Por ejemplo, alguien con una personalidad infantil puede hacer una interpretación egocéntrica o prerracional de lo que ha vivido³³. Si la interpretación es egocéntrica, puede pensar que es un ser especial y elegido y despreciar la experiencia genuina de otros seres humanos, e incluso utilizar su experiencia para adoptar una posición dogmática, en la que por ejemplo se llegue a legitimar el uso de la violencia o la manipulación de la conciencia de otras personas, por considerarse en posesión de la verdad y del método mejor para llegar a ella. Tal y como señala Wilber³⁴, los diferentes niveles del desarrollo de la conciencia y por lo tanto del nivel de pensamiento que podemos alcanzar, condicionan como vivimos una experiencia espiritual. Este autor afirma que una persona que tiene una visión mágica de la realidad que vive una experiencia espiritual, por ejemplo, de unión con Dios, puede

³³ K. Wilber. *Una visión integral de la psicología*. México, Alamah, 2000. pp. 39-40.

³⁴ *Ibid.*

distorsionarla por su incapacidad para asumir el rol de los demás y esto puede llevarle a interpretar la experiencia *como si fuera un privilegiado y no alcance a comprender que todas las personas son igualmente uno con Dios, en cuyo caso tenderá a experimentar una inflación del ego de proporciones ocasionalmente psicóticas*³⁵. Si una persona se encuentra en un nivel más avanzado, un nivel mítico, en el que ya hay una perspectiva sociocéntrica vivirá esa experiencia como una oportunidad de salvación que incluirá a todos los que creen en sus mismos mitos, algo que le llevará al fundamentalismo y a la pretensión de querer convertir a los demás a su mismo credo. Una persona que haya llegado a un nivel de pensamiento más racional, llegará a un teísmo racionalista y a un fundamento del Ser desmitologizado y no enraizado en elementos irracionales. Quién haya superado ese pensamiento racional, una vez que lo ha llevado a sus últimas consecuencias puede llegar a apoyarse en elementos transracionales, pero sólo después de una fundamentación sólida por la razón. Pues *la auténtica mística no renuncia a la racionalidad aunque pretende trascenderla*³⁶ mediante el *conocimiento amoroso o el amor cognoscente*³⁷, además de hacer posible una apertura del hombre *al misterio que lo trasciende y envuelve*³⁸, de tal forma que no caigamos en una visión reduccionista de la realidad³⁹ y tengamos una experiencia íntegra de nosotros mismos⁴⁰. Así se daría una *síntesis superior que nos abarca*⁴¹ y es a la vez una experiencia consciente de la realidad que la capta como totalidad, y que es a la vez amorosa y cognoscitiva⁴². O dicho de otra forma: *la mística no es irracional; pone en juego un nivel más profundo o más elevado de razón*⁴³.

Todos estos aspectos señalados de la mística son algo que se corresponde por la necesidad que siguen manifestando las personas de encontrar un sentido y un valor global para sus vidas, de tal manera que conecten con lo sagrado a través de una experiencia que se produzca en sus propias conciencias⁴⁴.

Si pueden producirse los riesgos mencionados cuando una persona vive experiencias espirituales, es posible ver que la mística por si sola no sea la solución de los

³⁵ Ibid. pp. 39.

³⁶ R. Panikkar. Op. cit. pp. 49.

³⁷ Ibid. pp. 50.

³⁸ Ibid. pp.51.

³⁹ Ibid. pp. 55.

⁴⁰ Ibid. pp. 64.

⁴¹ Ibid. pp. 79.

⁴² Ibid. pp. 117.

⁴³ J. Martín Velasco. Op cit. pp. 485.

⁴⁴ Ibid. pp. 475.

problemas que viven las religiones, sobre todo si las personas que las viven no han llegado a un nivel suficiente de equilibrio, madurez, consciencia y de uso de la razón. Parece ser que este desarrollo y nivel de madurez, está estrechamente unido al desarrollo de la propia consciencia, en el sentido de ser capaces de utilizar nuestra manera de pensar a un nivel adecuado, en el que sea posible integrar los diferentes elementos de la persona en una experiencia que incluya todos sus elementos constituyentes como un todo y a la vez sea posible tener empatía y consideración hacia los planteamientos de los demás. Esta circunstancia de desigual desarrollo de la consciencia, por otra parte, no tiene por qué deslegitimar el valor de la experiencia espiritual, que puede ser un vehículo para ayudar a mirar más allá de los propios esquemas mentales y de sentir una unión con lo divino. Pero para ello, es importante no desvincularse de la experiencia de los demás, ni de una estructura racional de mayor apertura y visión global. En estos puntos, parece que una educación global de la persona y la aplicación de ciertos principios de la salud mental y más en concreto de las psicoterapias en su sentido más real y no metafórico, como lo hemos ido utilizando, pueden llevar a un mejor desarrollo de las personas que están dentro de las religiones y de aprovechamiento de los elementos positivos de la experiencia mística, entendida como máxima expresión de la experiencia religiosa. Parece que una buena protección contra ese peligro de caer en un excesivo subjetivismo y egocentrismo, podría ser tomar como punto de referencia una tradición religiosa en la que ya se hayan descrito los riesgos y pasos necesarios hacia una adecuada "conversión" dentro de la vida espiritual. Esta estructura podría servir como una especie de mapa, que si se vive con flexibilidad puede ser ampliado desde la propia experiencia.

Además de los factores relacionados con la personalidad del sujeto que tiene una experiencia mística, diferentes autores nos han mostrado que hay diferentes fases del desarrollo espiritual o *peldaños, etapas y aún niveles ópticos*⁴⁵, teniendo cada una de ellas sus dificultades particulares. Esto a su vez, puede tener que ver con elementos de error o distorsión en la interpretación de la experiencia espiritual o mística. Y es importante estar atentos a esto, porque evolucionar más, no significa estar libre de riesgos o de problemas. Esto es algo que hemos podido comprobar dentro de la historia de las religiones, que a medida que han ido evolucionando se han ido encontrando con nuevas dificultades.

⁴⁵ R. Panikkar. Op. cit. pp. 169.

Finalmente, si la mística puede llevar al ser humano a lo que Panikkar ha definido como una experiencia completa e integral, que va a lo esencial de la vida y en la que realmente se supera el egoísmo, es posible que las personas que han logrado llegar a este punto estén en un estado místico avanzado, sin contaminaciones de elementos prerracionales o egocéntricos. Si hay personas así, seguramente los que llamamos santos, quizás ellas son quienes pueden darnos una pista de por donde podemos transitar y hasta donde podemos llegar, a la vez que advertimos de los peligros del camino. Pues está claro que en la interpretación se puede uno perder y distorsionar lo más sagrado, tal y como hemos mostrado previamente; y es más, es posible que en el extremo del narcisismo espiritual, se pudiera llegar a una pretensión de ser más que Dios, de tener el último criterio con el que medir las cosas, cayendo en la más absoluta soberbia espiritual y por lo tanto en una especie de anti-mística que nos separaría radicalmente de Dios. Quizás este narcisismo espiritual, que Wilber ha definido muy bien, como una inflación egoica⁴⁶, en la que uno pretende salvar al mundo desde su inmensa omnisciencia, siendo más que el fundamento último de lo real, nos pueda incluso alejar de nuestro objetivo hasta el extremo de ser destruidos por nosotros mismos, si no contamos con elementos de ordenación y contención por quienes saben más que nosotros o quienes han recorrido antes el camino. Es posible que dentro de las tradiciones religiosas encontremos algún marco de referencia para no perdernos y no caer en ese estado de inflación espiritual donde creyendo ser todo al final no somos nada, porque pretendemos haber descubierto una vez más el Mediterráneo, o tener la fórmula que nos lleve a la piedra filosofal, sin escuchar a los que nos precedieron. Es probable que un "místico narcisista", tal y como se describe, caiga también en el fanatismo, por no tener un suficiente nivel de madurez o de equilibrio para interpretar adecuadamente la experiencia. Y por lo tanto, en estos ejemplos podemos ver que el misticismo no está exento de riesgos y que sin una guía o una referencia externa puede llegar a ser en sí mismo una trampa, tal y como ya se ha señalado desde diferentes tradiciones religiosas.

Pero a pesar de los inconvenientes, también es posible que los místicos avanzados, puedan darnos pistas de por donde seguir y ayudar a un cambio real en nuestra época, dentro y fuera del ámbito de las religiones. Pues parece que ellos son realmente los que saben conocer todos los factores del ser humano y del mundo, amándolos y respetándolos. Es posible que la mística genuina y más desarrollada, no

⁴⁶ K. Wilber. *Boomeritis. Un camino hacia la liberación*. Barcelona, Kairós, 2002. *passim*.

tenga todas las respuestas, pero que sí pueda mostrarnos una actitud adecuada ante lo que sucede, aunque sea en medio del sufrimiento⁴⁷, permitiéndonos encontrar en cada acción, su pleno sentido, a través del amor⁴⁸. Hay incluso algún autor, como Rahner, que con confianza, tal vez demasiado optimista, en el papel de la mística en las religiones, ha llegado a afirmar que el futuro de las religiones está en el *cultivo de la dimensión mística, al desarrollo del elemento místico de la religión*⁴⁹ algo que hace una alusión directa a la vivencia religiosa a través de la propia experiencia personal, que de sentido a la totalidad de la persona⁵⁰ y no solamente a través de aprendizajes vacíos de contenido por haber perdido su raíz y fundamento.

A todo lo dicho habría que añadir que *sólo atendiendo a la dimensión ética, social y política de la existencia estará el místico en condiciones de realizar una experiencia mística auténtica*⁵¹. Pues sólo así podemos estar seguros de que no ha caído en las trampas del narcisismo y del egocentrismo y de que es capaz de mirar más allá de su propio beneficio o de su deseo de tener razón.

Con respecto al diálogo interreligioso, parece que los místicos más avanzados, podrían ser unos buenos interlocutores o "terapeutas", pues ellos son los que cultivan con más autenticidad y compromiso la experiencia religiosa⁵² y son capaces de tener una mirada amorosa hacia la realidad, de tal modo que podrían amar con más facilidad a quién no vive su religiosidad de la misma forma. Tal vez, la mejor manera en la que se podría dar esa comprensión entre místicos sea *la comunión en la contemplación*⁵³ más que la mutua comprensión, en un tipo de encuentro en el que realmente se de un encuentro profundo en un estado de *amor silencioso*⁵⁴ en el que el espíritu se encuentre realmente con el espíritu⁵⁵. Y si es cierto, lo que afirma Küng, de que los místicos de diferentes confesiones religiosas, son más parecidos entre sí que los fieles de una misma religión⁵⁶, es posible que pudiera haber un mejor entendimiento entre los místicos de diferentes religiones que entre personas de un mismo credo. Este puede ser un motivo más para pensar que los místicos pueden ser buenos

⁴⁷ R. Panikkar. Op. cit. pp. 189.

⁴⁸ Ibid. pp. 199.

⁴⁹ J. Martín Velasco. Op. cit. pp. 476.

⁵⁰ Ibid. pp. 480.

⁵¹ Ibid. pp. 465.

⁵² Ibid. pp. 468-469.

⁵³ Ibid. pp. 470.

⁵⁴ Ibid. pp. 471.

⁵⁵ Ibid. Pp. 471.

⁵⁶ H. Küng. Op. cit. pp. 217.

interlocutores en el diálogo interreligioso o tal vez se podría plantear la posibilidad de que el estimular un desarrollo místico, o de la raíz del sentido religioso en las personas que forman parte de una religión, podría favorecer primero el diálogo entre ellas y después facilitaría su diálogo con personas que tienen otro tipo de creencias o visiones del mundo. Si esto fuera cierto, sería adecuado plantear algún método o camino para estimular el "misticismo" en las personas, quizás como una especie de "terapia" que ayudara a que los seres humanos conectaran con una experiencia espiritual más profunda y abierta al amor y al diálogo con otros seres humanos, provengan de donde provengan. Dicho método sabemos que existe en forma de descripciones de los pasos que se han de seguir en la evolución espiritual, que han sido descritos por místicos de diferentes religiones. Quizás, en estudiar y sistematizar estos caminos, pueda estar una vía para el equilibrio dentro de las religiones. Teniendo en cuenta que sólo bajo la condición de respeto mutuo puede tener sentido un diálogo auténtico⁵⁷, ¿y quién es más capaz de respetar que un auténtico místico que es capaz de amar a la realidad en su totalidad porque se siente unido al fundamento de todo lo real?

CONCLUSIÓN

Es importante no caer en actitudes ingenuas que nos hagan pensar que la mística es la única solución para un problema tan complejo, como es el de las disfunciones que se pueden dar dentro de una institución religiosa o de las dificultades para el diálogo interreligioso. En el presente trabajo no se pretende haber encontrado la solución al problema, pero sí se ha tratado de proponer orientaciones para un "tratamiento" o una opción más de ayuda, para los problemas señalados. Tal vez sólo hemos atisbado algo de lo que aún queda mucho por descubrir, pero al menos pretendemos hacer una propuesta de solución dentro de un mundo tan complejo y difícil, como es el de los conflictos intra e interreligiosos.

Parece que poner paz entre las religiones, o dentro de ellas es un paso necesario para la paz mundial⁵⁸, así que si consiguiéramos hacer una "terapia" eficaz para las mismas y sus conflictos, seguramente también podríamos contribuir de manera importante a la paz mundial.

⁵⁷ H. Küng. Op. cit. pp. 487.

⁵⁸ H. Küng. *Proyecto de una ética mundial*. Madrid, Editorial Trotta, 1991. pp. 98.

En el presente trabajo hemos mostrado un camino posible para resolver o paliar algunos problemas que sufren en la actualidad las religiones, pero hemos podido comprobar que es un camino que no está exento de posibles efectos secundarios, y que por lo tanto ha de ser un "remedio" que se tome con precaución, en el que no se prescinda de la raíz de lo religioso, para no perderse uno en una jungla por despreciar o ignorar los mapas que han trazado nuestros antecesores.

BIBLIOGRAFÍA

- Allport, G.W.; Ross, J.M. Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1967; 5: 432 – 443.
- Feixas, G.; Miró, M.T. *Aproximaciones a la psicoterapia. Una introducción a los tratamientos psicológicos*. Barcelona, Paidós, 1993.
- Fraijó, M. *A vueltas con la religión*. Navarra, Editorial Verbo Divino, 3ª Edición, 2006.
- Küng, H. *El cristianismo y las grandes religiones*. Madrid, Libros Europa, 1987.
- Küng, H. *Proyecto de una ética mundial*. Madrid, Editorial Trotta, 1991.
- Martín Velasco, J. *El fenómeno místico. Estudio comparado*, Madrid, Editorial Trotta, 2003.
- Panikkar, R. *De la mística. Experiencia plena de vida*. Barcelona, Herder, 2005.
- Underhill, E. *La mística. Estudio de la naturaleza y desarrollo de la conciencia espiritual*. Madrid, Trotta, 2006.
- Wilber, K. *Una visión integral de la psicología*. México, Alamah, 2000.
- Wilber, K. *Boomeritis. Un camino hacia la liberación*. Barcelona, Kairós, 2002.

