

Ramiro Calle



AUTOBIOGRAFÍA ESPIRITUAL

Prólogo de Agustín Pániker

K_{airós}

Ramiro Calle

**Autobiografía
espiritual**

Prólogo de Agustín Pániker

editorial **K**airós

© 2012 by Ramiro Calle

© de la edición en castellano:

2012 by Editorial Kairós S.A.

Numancia 117-121, 08029 Barcelona, España

www.editorialkairos.com

Composición: Pablo Barrio

Diseño cubierta: Katrien van Steen

Foto cubierta: Nuria Jiménez Marqués

Foto contracubierta: Víctor Martínez Flores

Primera edición en papel: Noviembre 2012

Primera edición digital: Marzo 2014

ISBN en papel: 978-84-9988-189-8

ISBN epub: 978-84-9988-385-4

ISBN kindle: 978-84-9988-386-1

ISBN Google: 978-84-7245-977-9

Depósito legal: B 5.087-2014

Todos los derechos reservados.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita algún fragmento de esta obra.

*En memoria de mi amado hermano Miguel Ángel Calle y de mi amigo del alma
Baba Sibananda*

Agradecimientos

Estoy sumamente agradecido a Agustín Pániker y al magnífico equipo editorial de Kairós, formado por personas sumamente eficientes, cooperantes y amables. Hago extensiva mi profunda gratitud a mis familiares, amigos y alumnos, por su confortadora e incondicional entrega y fidelidad. Siempre me he sentido inmensamente agradecido a mi hermano y amigo del alma Miguel Ángel Calle, que recientemente ha desencarnado y que durante toda la vida fue mi compañero de Búsqueda. No puedo dejar de expresar mi agradecimiento más permanente a Juan Castilla, que siempre trata de ayudarme y colaborar conmigo, desinteresadamente y con admirable generosidad, en diferentes aspectos de mi vida. Debo también referirme concretamente a esos amigos que de verdad lo son y para siempre, con lealtad inquebrantable, y que son Jesús Fonseca, Ignacio Fagalde, José Miguel Juárez, Simon Mundy, Paulino Monje, Antonio García Martínez, Roberto Majano, Marcos Fernández Fermoselle, Ángel Fernández Fermoselle, Joaquín Tamames, Víctor Martínez Flores, Helio Clemente y César Vega. Y grandes amigas del alma como Luisa Jiménez, Silvia Sánchez de Zarca, Isabel Morillo, Manuela Macías y Adoración Gracia. Mi agradecimiento para la profesora de yoga Violeta Arribas, que pone tanto entusiasmo en difundir mis actividades yóguicas y mis obras. Gracias muy sentidas para mis buenos amigos Antonio Tallón y su encantadora esposa Amalia Aguilar. Asimismo siempre agradecido a mi buen amigo el periodista Jordi Jarque, por su cariño y paciencia.

Siento un especial agradecimiento hacia Fernando Sánchez Dragó por su continuado y valioso apoyo a mis obras y actividades profesionales en los magníficos programas literarios y culturales que viene realizando desde hace muchos años en televisión; agradecimiento aún mayor por su proverbial amabilidad y su cariño.

Mi más sentida y profunda gratitud para mi admirado y querido amigo el doctor Rafael Rubio, por su generosa atención y su aprecio.

Sumario

Agradecimientos

Prólogo de Agustín Pániker

Introducción

Parte I:

1. La soledad del ser
2. En busca del universo paralelo
3. Iniciación
4. Shadak
5. Cazador de hombres santos
6. *Satchidananda*
7. Un vagabundo del *Dharma*

Parte II:

8. La senda sin senda es la Senda
9. Profundizando
10. La India es mi aventura
11. Una vida a través del yoga
12. La presencia de ser

Parte III:

13. Suresh, el faquir, y Shivaji, el yogui
14. Baba Sibananda
15. En busca del silencio de la mente
16. La ruta de Buda
17. La isla del *Dhamma*
18. Cuatro meses después de salir del hospital
19. En el umbral de lo incognoscible
20. Matar el loro que llevamos en la cabeza

Epílogo

Apéndice

Prólogo

Dicen que cuando en una ocasión un hombre le preguntó al *mahatma* Gandhi cuál sería su mensaje final a la humanidad, él respondió: «Mi vida es mi mensaje».

Hete aquí una máxima del sur de Asia. Una enseñanza no solo ha de ser comunicable y realizable, sino que el maestro, el sabio o el filósofo ha de ser él –o ella– ejemplo de congruencia y coherencia (lo cual, dicha sea la verdad, no siempre ha sido la norma). En cualquier caso, toda enseñanza y conocimiento están imbricados y entrelazados en una vida. El conocimiento es siempre personal, biográfico, contextual. Repasar la vida de alguien es la mejor manera –y la más amena– de entender su proceso evolutivo y su enseñanza. Y es una inmejorable ocasión para profundizar en nuestro propio trayecto.

Ramiro Calle es el “yogui” español por antonomasia. Él fue de los primeros autores en familiarizar al público de habla hispana con conceptos como *jivan-mukta*, *samadhi*, *vipassana*, *moksha*... Por eso, una vez superada la gravísima enfermedad que lo llevó literalmente a las puertas de la muerte, en 2010, le sugerí que escribiera esta autobiografía espiritual. Sabía que el resultado iba a ser inmensamente rico, porque Ramiro es un gran comunicador y tiene infinidad de vivencias, pensamientos y experiencias dignas de contar. Al leer ahora la trayectoria espiritual de Ramiro Calle relatada en primera persona, me doy cuenta de cuánta razón tenían Gandhi y la tradición de sabiduría índica: la vida de uno es el único y genuino mensaje. Y advierto cuán honesto y coherente es Ramiro con las enseñanzas que ha promulgado, practicado y alentado durante décadas. Todo un honor, pues, prologar la autobiografía de un yogui occidental.

En efecto, esta es la apasionante historia de un buscador de la verdad, alguien que, desde muy joven, se interroga por las grandes cuestiones metafísicas. Ramiro nos lleva de viaje desde el Madrid de los años cincuenta y sesenta, la India de los setenta y los ochenta, de nuevo en España, con sus últimas vivencias en pleno siglo XXI. En cierta

manera, el relato de su trayectoria espiritual espeja el de buena parte de los buscadores occidentales.

Ramiro relata la especial relación que tuvo con su madre, su primera preceptora; o la complicidad con su hermano Miguel Ángel, a quien dedica un sentido «Epílogo». Y sus años de juventud, permanentemente inquieto, incompleto y desubicado. Si uno no ha experimentado la insatisfacción no puede embarcarse en la senda espiritual. Dicen budistas y jainistas que las divinidades, en su existencia gozosa en los paraísos celestiales, no pueden liberarse porque no tienen la urgencia o el anhelo por la liberación. Para embarcarse en la senda espiritual, no se puede estar gozando del paraíso; se necesita haber sentido en propia piel eso que el budismo ha llamado *dukkha*: la contingencia, la finitud, la insatisfacción, el sufrimiento, el dolor, la temporalidad, la alienación de ser humano.

El anhelo por la liberación lo llevó a sumergirse en variopintas tradiciones esotéricas, en las terapias más diversas (desde el psicoanálisis hasta el sistema de Gurdjieff), y le condujo a flirtear con sociedades secretas. Narra sus encuentros y tertulias con infinidad de filósofos, artistas, sabios, charlatanes y excéntricos. En este maravilloso ejercicio de desnudarse espiritualmente, sin pudor y sin tapujos, Ramiro nos introduce en las personas que más le influyeron, con quienes compartió sus experiencias y conocimientos, de quienes aprendió. Estos amigos, buscadores y amores (¡ah sí! mención especial a las mujeres de su vida), lo enriquecen y lo configuran.

El camino espiritual está necesariamente salpicado de ensayos frustrados, atascos, contradicciones, retrocesos, *culs-de-sac*. Ramiro posee la sinceridad de quien ya no tiene que justificar nada ni agasajar a nadie. Por ello es crítico con los maestros esotéricos que han enredado más que alumbrado el camino, o con determinadas corrientes psicoterapéuticas, y con gurús engreídos, hoy fagotizados por el supermercado de lo espiritual. Me identifico con esa vena descreída, ácrata y desmitificadora de Ramiro. No deja de ser un ejercicio de discernimiento, lo que en las tradiciones índicas llaman *viveka*. Él ha conocido a tantos supuestos gurús, ha visitado tantos *ashrams* y tinglados (algunos regentados por “mistagogos desaprensivos” en su atinada expresión), que no idealiza ni la figura del maestro ni la del iluminado. Sus reflexiones al respecto son certeras y brotan de la experiencia de primera mano. El iluminado no es ningún superhéroe que ha trascendido la condición humana. Aunque pueda residir en una dimensión más profunda del ser, el iluminado tiene hígado y cerebro, ergo enfermedades

y apetitos, lo mismo que sentimientos, manías y contradicciones. Puede ser incluso un pícaro (léase a Alan Watts). Pero ello no quita que su mensaje pueda ser emancipador y que muchas personas se beneficien de él.

Entrelazada con las amadas de su vida, la India se yergue como su otra gran Musa. Ramiro ha transitado por la piel de esa Madre antigua, desde las cimas y *tirthas* del Himalaya hasta el extremo tropical del cabo Comorín, desde las espesas junglas del noreste hasta los tórridos desiertos del Rajastán. Ese amor por la India que transluce en todas sus obras me une nuevamente a Ramiro.

Él ha sido un incansable cazador de *sadhus* (hombres santos), un género humano virtualmente único de ese (sub-)continente. Como en otras obras suyas, aquí narra algunos de sus encuentros con sabios y yoguis, desde aclamados maestros (como Muktananda, Anandamayí Ma o el Dalái Lama) hasta esos anónimos renunciantes que pululan por todos los rincones de la geografía sagrada de la India. Pero más allá de esos memorables encuentros, es la India profunda, la de las mil facetas, la de bestiales contrastes, la India real de las estaciones de tren, de pavorosos ministerios, de los campos de té, la tierra de saris de colores, de afables comunidades tribales, de bandidos y leprosos... esa India es la que lo transforma, lo configura en su progresión espiritual y le proporciona una incomparable experiencia de la vida y la condición humana.

Cuenta el psiquiatra Régis Airault, que trabajó durante años en el consulado francés de Bombay, que cada año recibía en la legación diplomática a varias decenas de turistas y viajeros francófonos aquejados de un trastorno psicótico –leve pero inquietante–: una momentánea pérdida de la identidad. Él bautizó ese cuadro como “síndrome India”. Aunque es más frecuente en los jóvenes, el síndrome atraviesa fronteras de edad, sexo o clase. Después de algunos días en la India, aunque puede darse también tras una estancia prolongada, el bombardeo a los sentidos, las emociones y la psique resulta ser de tal intensidad que uno pierde momentáneamente su norte. La India no puede dejar a nadie impasible. Las sensaciones de agobio ante esas multitudes morenas de miradas insondables, bajo el polvo y la polución de sus ensordecedoras ciudades, empapados del sudor producido por un calor demoledor, bombardeados a diestra y siniestra con vacas sagradas, *rickshaws* estrepitosos, montañas de podredumbre, hedor y detritus, miseria y vidas agónicas, caos..., digo, esas sensaciones son inversamente proporcionales a la belleza de sus mujeres, al colorido del país, el olor a incienso o a jazmín, la sonrisa de unos niños, incluso de los más descalzos, la exuberancia de sus banyanos, una sílaba que

reverbera, un yogui solitario junto a un riachuelo... El psiquiatra francés no lo pone en estos términos, pero yo lo interpreto así: la India genera un *exceso de realidad* que a nadie puede dejar indemne.

Dicen que el viaje a la India es siempre un viaje hacia dentro. Pero no tanto por los *ashrams* que uno pueda visitar, sino porque esa realidad hace aflorar de forma natural todo el arco de las emociones (positivas y negativas) y la más amplia gama de estados de conciencia, sin necesidad de estimulantes o anestésicos. Todo aquel que haya viajado a la India sabe de las dificultades, las miserias... lo mismo que de las bellezas y rarezas que abundan. (Al respecto, no tiene desperdicio la grotesca aventura que Ramiro nos cuenta de sus penurias en un ministerio de Calcuta y ulterior viaje hacia los Sunderbans; un periplo que, de una forma u otra, todos los que hemos viajado con cierta frecuencia a la India “reconocemos” al instante.) Ramiro tiene esa rara facultad –no solo producto de su prolongada experiencia como escritor– de transportarnos con una sencilla imagen a nuestro propio y fértil mundo de emociones, sentimientos y pensamientos.

Ramiro ama la India, pero no la mistifica. Lo ilustra con una incisiva frase que haríamos bien en recordar periódicamente: «sé muy bien el abismo que hay entre la India ensoñada y la real». Por ello es asimismo crítico con los embaucadores que la pueblan o con el nuevo *ethos* consumista que campea en sus urbes. De ahí su predilección por maestros –como su querido Baba Sibananda o los propios monjes theravadins de Sri Lanka– más humildes. Es también extremadamente afable con los maestros que le han mostrado el yoga. ¡Ojo!, está claro que Ramiro es un autodidacta. (Y en eso me identifico, por enésima vez, con él.) Cuando viaja por vez primera a la India y entrevista a los grandes yoguis ya es un buen conocedor de las filosofías hindúes y está metido en la práctica espiritual o *sadhana*. Él no viaja a la India a aprender el yoga, sino a enriquecer su práctica y sus conocimientos. Su periplo personal le ha portado a la matriz de donde surgieron la gran tradición yoga y el *dharma* budista. Esas dos dimensiones índicas de la espiritualidad (tan semejantes y complementarias) le van a proporcionar las respuestas más firmes a su búsqueda espiritual.

Aunque él ha leído todos los libros sobre espiritualidad, esoterismo o psicoterapia que hay que leer, y experimentó con numerosas vías, ha tenido el discernimiento y la lucidez suficientes como para alejarse de los cócteles superficiales que abundan en los círculos Nueva Era de hoy. Ramiro hace su particular interpretación del yoga y la meditación con un sólido anclaje en los saberes tradicionales. Eso le otorga una cohesión, una

credibilidad y una robustez espiritual de la que carecen muchos supuestos maestros. Gracias a su práctica continuada del yoga y la meditación, Ramiro logra morar en aquello que siempre *es*, lo que en la India llaman *sat*.

La espiritualidad que propugna Ramiro no está reñida con la secular vida cotidiana. Aunque valora el esfuerzo, la frugalidad y la ascesis, él opta por no tomar la senda de la renuncia. Al contrario, su trayecto se me antoja como un permanente ejercicio de portar la espiritualidad a la vida diaria. Nos invita a derribar el falso binarismo entre un mundo espiritual y religioso y otro secular y profano. En esto Ramiro es casi un *yin-shi*, el “sabio oculto” del taoísmo. Y por ello mismo no congenia con los maestros que exigen un culto al cuerpo o un culto al dinero (como ese gurú que ¡ha tratado de patentar las *asanas*!) Ni tiene esa obsesión, tan extendida entre los buscadores occidentales, por tener “experiencias cumbre” y alcanzar exóticos estados alterados de conciencia. Él prefiere, a mi juicio con mucho más tino, hablar de “experiencias meseta”, es decir, de estados prolongados de sosiego y ecuanimidad. Aunque Ramiro no es un budista confeso (porque –como el que esto suscribe– posee identidades múltiples y sabidurías múltiples: el yoga, el zen, el tao...), es la figura del Buda la que insufla buena parte de su talante. Ramiro reniega de lo sectario y lo dogmático. Él es un pragmático, abierto, con humor, un autodidacta que sigue al pie de la letra aquel famoso dicho del Buda, en el sermón a los Kalamas:

«No os dejéis guiar por relaciones, ni por la tradición religiosa, ni por lo que habéis escuchado. No os dejéis guiar por la autoridad de los textos sagrados, ni por la simple lógica de la razón, ni por las apariencias... simplemente conoced por vosotros mismos: si algo es provechoso y conduce a la felicidad, tomadlo y morad en ello».

Combinando relatos narrativos (sus viajes por la India o sus intensas relaciones con familiares, amigos o compañeras) con reflexiones de gran calado filosófico y espiritual, la autobiografía nos va dibujando con nitidez una trayectoria yóguica. Ocurre que Ramiro le otorga al término “yoga” su sentido más profundo; un significado que es obvio en la India, pero no siempre reconocido afuera: yoga como camino espiritual; yoga como método físico, pero también psíquico, ético y espiritual. Aquí tenemos a un yogui que nos invita, con el ejemplo de su propia trayectoria de vida, a liberarnos de la ignorancia, el odio, la codicia y el egocentrismo. Porque en eso consiste el yoga y la meditación. Al menos, así lo entendemos Ramiro, unos cuantos más y yo. Por eso su

centro de yoga Shadak, fundado en 1971, es toda una institución en la península ibérica. Y él es, sin el menor género de dudas, el decano del yoga en España.

Hacia el final de la obra, Ramiro nos sumerge en uno de los episodios centrales de esa trayectoria vital-y-espiritual: la gravísima enfermedad que lo llevó a las puertas de la muerte. Es de nuevo una experiencia del *dukkha* del que nos hablaba el Buda y que la tradición budista ilustró a las maravillas precisamente con la metáfora de la enfermedad, la vejez y la muerte. Pero a diferencia del *dukkha* o insatisfacción de juventud (aquel Ramiro permanentemente inquieto y sin sosiego), ahora lo afronta un Ramiro maduro, experimentado, un maestro de yoga reconocido, autor de más de 200 libros, que se sabe amado y ama, y que ha sido bendecido por no se sabe qué buena estrella en ese estadio intermedio entre una existencia y tal vez otra. Dice la aludida metáfora budista que, tras las salidas de palacio en las que el joven Siddharta vio al enfermo, a un anciano y a un cadáver, en una cuarta salida, encontró a un *sadhu*. Optó entonces por la senda o yoga que habría de conducirlo hasta la trascendencia del *dukkha*. Ramiro sale de la *near-death-experience* más lúcido, más desapegado y a la vez más plenamente humano que nunca. Porque ha trascendido la condición ignorante; sabe ahora disfrutar de la sonrisa o la mirada de su amada, del abrazo de un buen amigo, el ronroneo de su gato, ahora es plenamente consciente de su respiración, de sus emociones, de su trayectoria vital... de lo más profundo de sí mismo.

Disfrútenlo.

AGUSTÍN PÁNIKER
Barcelona, septiembre 2012

Introducción

Unos meses antes de cumplir los sesenta y seis años de edad, la muerte vino a buscarme. Durante un buen número de días había intentado llevarse, pero al final no me arrebató la vida, de milagro, y decidió darme otra oportunidad.

No me engaño: siempre nos acecha y un día volverá y entonces todas las oportunidades se habrán acabado. No quiero, pues, ahuyentar ni mucho menos esa idea, sino todo lo contrario: utilizarla como consejera, inspiración, sentimiento de urgencia para el autoperfeccionamiento, e incluso como “despertador”. Quiero a cada instante ser consciente de que muchos días, durante mi grave enfermedad, se temió por mi vida, y de que estuve más cerca del otro lado que de este. Así, con el apoyo de este recordatorio, quiero vivir cada momento como si fuera el primero y el último, tratando de humanizarme y de valorar cada vez en mayor grado la fortuna de haber encontrado “coincidentes vitales” a los que amar y por los que ser amado. Siempre, y aún más después de la enfermedad, he tenido claro que no hay otra cosa que el amor.

Cuando todavía me encontraba en régimen hospitalario en casa, a sugerencia de la editorial Kailas, comencé a escribir mi libro *En el límite*, donde relato toda mi experiencia con la enfermedad. Más tarde me animé a escribir una novela de marcado contenido espiritual, para, una vez finalizada, comenzar a redactar la obra que ahora presento al lector, después de que una vez más Agustín Pániker, propietario de la Editorial Kairós, me renovase su confianza para publicar un libro mío más en su fondo, donde ya figuran otras tres de mis obras. A Agustín le pareció muy buena la idea de que en una obra relatase toda mi trayectoria, formación y vislumbres espirituales. Así que me propuse este reto, no pequeño, de desnudarme espiritualmente y escribir, con toda sinceridad, sobre mi propia búsqueda metafísica y mística, que ha ocupado buena parte de mi vida.

Mucho antes de comenzar a escribir sobre mis pesquisas místicas y logros espirituales, varios editores, y con no poca insistencia, me habían propuesto redactar mis memorias,

pero yo estaba firmemente decidido a no acometer ni entonces ni nunca tal proyecto, pues creo que mi vida cotidiana y profana no tiene objeto compartirla con los demás y robarles tiempo con dicha narración, y, además, estoy convencido de que nadie es realmente ecuánime, y menos sincero, cuando se trata de exponer situaciones personales e incluso implicar en ellas a otras personas a las que no se puede dejar de juzgar o sobre las que es difícil no emitir opiniones que no son ni mucho menos neutrales. Al fin y al cabo, la mayoría de las memorias que los interesados escriben se tornan en última instancia en puro y simple “cotilleo”, amén de una tentación inevitable para afirmar el propio ego e incrementar la autoimportancia y, más o menos veladamente, favorecer a unos personajes y perjudicar a otros. Hago referencia, sin entrar en detalles, a algunas de mis relaciones sentimentales, porque mujeres tan formidables como las que me han acompañado en diferentes trechos de mi vida ayudan a persistir en la Búsqueda, máxime si ellas, como casi siempre ha sido el caso, también tienen esas inquietudes y sensibilidades místicas.

Si me he animado, después de muchos años, a escribir este libro es porque a través de él quiero compartir con otros buscadores espirituales y sabuesos en pos de la Última Realidad, mis tentativas, más o menos acertadas o torpes, de encontrar significados y propósitos a la vida, de hallar respuestas a los grandes interrogantes y, sobre todo, de estar en comunicación con las personas que en su vida tienen inquietudes y sensibilidades espirituales y están deseosas de humanizarse y encontrar un sentido elevado a sus vidas. Quiero especificar, antes que nada, que me sirvo del término “espiritual”, tan manoseado y cosificado, independientemente de cualquier creencia, religión o culto religioso, así como de cualquier noción teísta o atea o cualquier sentido de trascendencia. Entiendo por persona espiritual (que puede ser totalmente escéptica o no, creyente o agnóstica) aquella que está en la búsqueda de la ampliación de la consciencia, que intenta mejorar y humanizarse, indagar en realidades allende el pensamiento ordinario y actualizar sus mejores potenciales internos, con el objetivo de encontrar un sentido y la paz interior. Esta espiritualidad no está en absoluto reñida con la vida cotidiana, sino que, de hecho, hay que impregnar de esa actitud espiritual la vida diaria y servirse de esta como escenario de trabajo interior. Esta espiritualidad es adogmática y une en lugar de separar, como han hecho la mayoría de las religiones. Este impulso espiritual implica la búsqueda de la más completa libertad interior, la evolución psíquica y el autoconocimiento y transformación interior. Se inspira en las enseñanzas de

las mentes más claras, sabias y compasivas, y cuenta con un gran número de métodos para la realización de sí. Es un buscador o está en la Búsqueda el que tiene el impulso de querer mejorar y evolucionar para beneficio propio y de los demás, sin resignarse al lado oscuro de su psique y tratando de hallar enseñanzas y métodos para hacer posible la independencia de la mente, el discernimiento puro, el entendimiento correcto, el sosiego y la sabiduría, entendiendo por sabiduría, no el mero y limitado conocimiento ordinario o saber libresco, sino un tipo especial de cognición, percepción y noble comportamiento. El buscador, en esta búsqueda del sentido y la paz interior, sigue sus propias reglas y no tiene por qué formar parte (o sí) de un credo religioso, ni identificarse con ninguna jerarquía eclesiástica o corriente religiosa ortodoxa o instituida, o seguir a un maestro determinado. Como es un librepensador, busca, con actitud desprejuiciada y seria, en todas aquellas tradiciones o sabidurías que le reporten conocimientos y técnicas de trabajo interior con las que ensanchar la conciencia y acceder a una dimensión de esta guiada por el sosiego y la sabiduría. No regatea esfuerzos para poder evolucionar y mejorar, dándole así a la vida este precioso sentido, tenga o no tenga uno último.

Aunque llevo desde los quince años de edad hoyando, o tratando de hoyar, la senda interior y he pasado por innumerables disciplinas espirituales y técnicas de autorrealización, sigo considerándome (como declaraba el protagonista de mi novela *El faquir*) un aprendiz, y el deber de todo aprendiz es seguir aprendiendo.

Sin duda, todos estamos en la senda de ayudarnos, o así tendría que ser. Esa es mi profunda convicción, como aquella otra de que una persona sin el Dharma no es nada. El Dharma es la enseñanza espiritual y también *leitmotiv* y motivación para el buscador de lo Inefable. Es soporte y apoyo, es fuerza y manantial de alientos, es confianza en la propia capacidad para poder evolucionar conscientemente y contribuir así a elevar el dintel de la consciencia planetaria.

Desde muy niño he tenido la rara fortuna de poder conectar con el Dharma, que se ha convertido para mí en el real sentido de mi existencia humana. La senda ha estado salpicada de altibajos, callejones sin salida, desfallecimientos y desvelos, inevitables errores y aparentes retrocesos, pero he tratado de ser consistente, y cada vez que he estado tentado de salirme de ella, he procurado encontrar en mí mismo renovadas motivaciones y anhelos espirituales. Mi buen amigo el venerable Piyadassi Thera siempre me recordaba: «Unos arrastrándose, otros caminando y otros corriendo, al final todos nos encontraremos en la meta». También podríamos decir aquello de «vamos a ir,

aunque no lleguemos», pero el que sacrifica de sí lo necesario y mantiene viva la aspiración adecuada, la virtud, la disciplina mental y el desarrollo del entendimiento correcto, ya ha llegado, y consigue en cada glorioso instante que el camino sea la meta, que la ascensión ya sea la cima. En el viaje de la vida, cuando lo aprovechamos para también viajar hacia dentro, siempre encontraremos la fuerza para seguir distinguiendo entre lo real y lo ilusorio, entre lo esencial y lo banal, entre lo importante y lo insustancial, y así haremos lo que deba hacerse y trataremos de no hacer lo que no deba hacerse. Tal es el noble arte de vivir, donde, en palabras de Buda, «el poder de la verdad protege al que persigue la verdad».

Esta que podríamos denominar una “autobiografía espiritual”, solo relativamente, ha seguido una línea cronológica. Para darle una mayor espontaneidad e intimidad, me he inspirado en asociaciones de ideas y emociones repentinas sin necesidad de respetar rígidamente la cronología y pudiendo retomar temas ya abordados en páginas anteriores e incidir más a fondo en ellos. He seleccionado aspectos esenciales de mi trabajo interior y mi desarrollo espiritual, pero podría abordar otros en sucesivas ediciones si las hubiere, o incluso profundizar aún más en algunos de los tratados. Ha imperado en mi ánimo, al escribir estas líneas, derruir todas las barreras que puedan a veces levantarse entre el autor y el lector y lograr una comunicación lo más directa, sincera y abierta posible, para tratar de entrar en comunión con muchos buscadores espirituales o personas con inquietudes y sensibilidades místicas que están abocadas en la senda hacia los adentros.

RAMIRO CALLE

NOTA: Si el lector está interesado en contactar con el autor, puede consultar su página web (www.ramirocalle.com), dirigirse a su centro de yoga Shadak, ubicado en la calle Ayala, 10, de Madrid, o bien escribirle a su dirección electrónica yogaramirocalle@hotmail.com.

PARTE I

1. La soledad del ser

La primera maestra que tenemos en esta vida, por lo general, es nuestra madre. El primer mantra que nuestros labios pronuncian es “mamá”. La fuerza que más nos inspira, conforta, consuela y revela en los primeros años de vida es la de la figura materna. La madre es nuestra mejor mentora, ninguna como ella.

Para todo ser humano, su madre es muy especial. La muerte de una madre deja una herida inmensa, larga como un río, que nunca se logra cerrar. Para mí, desde la más corta infancia, mi madre fue musa, heroína, preceptora y un sol iluminando mis pasos. Era una mujer muy singular, que habría de tener una enorme influencia en mi formación humana, literaria y espiritual. No hay niño que no esté enamorado de su madre y que, por tanto, no padezca, a toda honra, el denominado complejo de Edipo, en el que tanto insistiera Freud.

Mi madre se llamaba María del Mar. Dado lo mucho que influyó en mi vida interior, tengo que dedicarle unas líneas. Fue, además, sin duda, mi primer y más fiable gurú. “Gurú” es un término que podría traducirse como “el que quita la oscuridad de la mente”. Y era, debo decirlo, una gurú muy paciente, aunque a la par con carácter, y que, por el infinito amor que me tenía, lograba soportar a ese “polimorfo perverso” que yo era: eternamente aburrido, inquieto hasta la saciedad, con destellos de hiperactivo, profundamente insatisfecho, pésimo estudiando desde el primer momento y travieso hasta lo inquietante. O sea, que no tenía nada de contemplativo, apacible, contento o calmo. Con un temperamento así, no es de extrañar que el destino generosamente me tuviera predestinado para entrar un día en la senda del yoga. Mi madre era escritora y poetisa. Su madre era también poetisa y su padre un escritor de éxito en esa época, llamado Emilio Carrere, atrevido en sus novelas tintadas de erotismo, pero muy cobarde en cuanto no tuvo la intrepidez de reconocer legalmente a su hija.

Sigo con mi madre. Mi admiración hacia ella es tan profunda como tan intenso es mi desprecio por la actuación de mi abuelo biológico, si bien, gracias a su ausencia (estaba

casado con otra mujer), mi abuela se desposó con un hombre maravilloso y que aceptó ser el padre de María del Mar. Eso es generosidad; lo de Emilio Carrere es crueldad... y miedo social. No sé si en los genes permanecen las tendencias literarias o incluso esotéricas. El caso es que mi hermano Miguel Ángel es poeta y yo, escritor, y ambos estuvimos durante nuestra juventud muy interesados por el esoterismo, como lo estuviera ese bohemio empedernido llamado Emilio Carrere, hoy para muchas personas en el olvido, excepto para algunas como Joaquín Sabina, que confiesa admirarlo y haberse inspirado en él, y un puñado de otros lectores de sus pocos libros reeditados.

Emilio Carrere escribió un gran número de poemas, relatos, cuentos (incluso espiritistas) y novelas. Aunque se codeaba con el pueblo llano, incluso de los estratos más bajos, estaba bastante decepcionado de los españoles, o por lo menos de los madrileños, en general, pues consideraba que no tenían altura de miras y que lo único que les importaba eran los toros. Era un hombre muy contradictorio. Para evitar la guerra (y esta anécdota me la contó muchas veces mi madre), se escondió en un sanatorio y los nacionales lo dieron por muerto. Una de sus novelas, *La torre de los siete jorobados*, habría de llevarla al cine Edgar Neville. Carrere se tenía por teósofo, y durante un tiempo estuvo muy interesado por el espiritismo, pero después terminó por dudar de la “doctrina”, lo que no es de extrañar si tuvo que aguantar a los típicos médiums pícaros que no hacían otra cosa que simular.

Dada la generosidad de corazón y alma de mi madre, siempre siguió, clandestinamente, tratando a su padre e incluso, aunque yo era muy niño, me llevaba a verlo. Parece que yo, su nieto clandestino, le caía en gracia y me hacía algunos mimos, a pesar de todo, o precisamente por ello. Yo tenía solo tres años de vida cuando mi madre me llevaba a verlo, y en las muselinas nebulosas de la memoria recuerdo a un señor achaparrado y redondo, siempre con un gran sombrero de ala, fumando una pipa queapestaba, con bigote y forzando una sonrisa para mí. De haber sabido de su fechoría, le hubiera puesto las espinillas moradas a fuerza de puntapiés. ¡Tener una hija como mi madre, una princesa de manos de loto y sonrisa arrobadora, y no reconocerla! Si me lo encuentro en una próxima reencarnación, ¡Dios no lo quiera!, le voy a cantar las cuarenta, y eso que entre mis defectos no cabe, por simple higiene mental, el del rencor. Bueno, como estaban en mi casa desde que yo nací, me leí de este hombre algunos libros como la *Cortesana de las Cruces* o la *Casa de la Trini*. Le gustaban, además del espiritismo y el ocultismo, las prostitutas, los barrios bajos, las cerilleras nocturnas y el

clamor de los serenos. El caprichoso y a la par inexorable destino, siempre dispuesto a sorprendernos y a jugar con nosotros, quiso que años después mi íntimo y entrañable amigo Edgar Naranjo viviera muy cerca de donde durante muchos años lo hiciera mi, a fortiori, abuelo biológico: en el Barrio de Argüelles, en la casa conocida como de las Flores. Fue un buen amigo del ocultista y escritor Mario Rosso de Luna (cuyas obras leí en su totalidad), frecuentaba el Ateneo (en el que yo medio siglo después de su muerte intervendría varias veces con mis conferencias sobre yoga), y al menos esta ciudad, que tanto le ha olvidado, le tiene dedicada una calle. Durante años, mi madre nos llevó a mis hermanos y a mí a visitar a sus hermanastros, con los que parecía llevarse muy bien, no siendo ellos responsables de la actitud cruel que su padre inspiraba por el miedo de la época.

Para Buda, la enfermedad, la vejez y la muerte son tres mensajeros divinos, si sabemos instrumentalizarlos para avanzar con paso más raudo hacia el nirvana o salida de la ciénaga del *samsara* o existencia fenoménica. Pues bien, mi madre pronto se encontró frente a frente con uno de esos mensajeros divinos. Estando sola en casa, con once años, afrontó la muerte de su madre. ¡Una noche larga para una niña de tan corta edad! Una noche interminable de la agonía de un ser amado para una niña sentada sobre el lecho de muerte de su madre.

Pues, además de ser yo un “polimorfo perverso”, de buenos sentimientos por otro lado, víctima de la más profunda insatisfacción, había nacido con los pies vueltos por completo hacia los lados. No era necesario para mí, pues, imitar a Charlot en sus movimientos; era más oportuno si él imitaba los míos. Desde luego, viendo mis piernas, ni el más alucinado optimista hubiera podido imaginar que yo pudiese un día practicar la postura del loto. No era ni mucho menos por culpa de mis piernas que yo me sintiera tan descontento en el escenario de luces y sombras de la vida de un ser humano. Simplemente, y dicho en términos orientales, es que me espantaba el *samsara* y ello me llevaba, desde los primeros años de vida, a hacerme toda clase de preguntas metafísicas y enredarme con interrogantes que no podía resolver, lo que aumentaba aún más mi sentimiento de angustia. ¿No sería que el eco de infinitud, el perfume del éter o *akasha* me hacían sentir una desmesurada nostalgia de Aquello de lo que me desgajé a mi pesar? La vida se me presentaba como gris, tediosa, anodina, y encima como un *koan* que mi mente infantil no lograba descifrar, enfrentándome una y otra vez contra el muro de la incomprensión y el desaliento. No, no me afectaban, por lo menos así lo creo, esos

horribles aparatos ortopédicos que encajonaban mis piernas de la ingle a la planta del pie, y que me obligaban a estar sentado sobre el suelo en el parque cuando los demás niños corrían o jugueteaban; lo que me afectaba era sentirme en el escenario de luces y sombras de la llamada existencia humana, como si hubiera sido arrojado del edén y tuviera que cargar no solo con mi cuerpo torpe y débil, sino con mi alma atribulada e incapaz de resignarse a la ausencia de preguntas.

Pero por fortuna estaba María del Mar, mi mentora. ¡Buena le había caído con el primogénito! Eternamente inquieto, ¡eternamente insatisfecho, eternamente aburrido! Queriendo desde corta edad hallar un sentido a una vida que me parecía el mayor absurdo, el sinsentido más colosal, el mayor de los desatinos. Pero como especificara un personaje de Moravia en su novela *El aburrimiento*, no quería morir, pero tampoco seguir viviendo. O sea, estaba metido en el gran atolladero.

La voz melódica de mi madre iba penetrando en mi mente dejando en ella palabras de hermosos textos de Rabindranath Tagore. Tenía yo seis o siete años, y nunca hubiera imaginado por aquel entonces que un día, muchos años después, visitaría la casa del escritor en Calcuta, y no solo una vez, sino numerosas. En las melancólicas tardes de los domingos, cuando la angustia atenazaba más mis entrañas, con una voz cadente, que ha quedado inscrita en mis células para siempre, me daba a conocer la obra de ese gran escritor y formidable seductor (atrajo irresistiblemente a las mujeres hasta el final de sus días), al que Gandhi habría de llamar “el Guardián de la India” y sobre el que yo habría de escribir, años más tarde, una breve biografía. Se alojó en mi mente para siempre aquel aforismo que reza: «No dejes tu amor sobre el abismo». Y admiré a Tagore desde niño y leí su libro *Mashi*, y ya cuando tenía una veintena de años, *La religión del hombre*, *Sadhana* y una obrita de teatro que siempre me ha conmovido, *El renunciante*, que explica primorosa y maravillosamente los riesgos del apego mal entendido y la renuncia mal aplicada.

Eran de esas tardes en las que el tiempo no parecía discurrir. No las vivía con alegría o contento, sino con profunda sensación de tristeza y a veces con una insatisfacción que, sin serlo, rayaba en el tedio, un tedio, diría, que vital, que me acompañaría a lo largo de muchos años de mi primera juventud, asociado a un sentimiento de intensa insatisfacción y a veces a un insuperable desconsuelo. Ya se manifestaba en mí entonces lo que todo buscador de lo Otro bien conoce y que yo denomino “la soledad del ser”, esa soledad que no es salvable ni mitigable con nada externo ni con ninguna actividad que uno pueda

llevar a cabo, sino que la sentimos como una falta de completud interior y que solo será posible superar en el momento en que nos llenemos de nosotros mismos y podamos irnos estableciendo en la Conciencia. No es en la otredad donde podemos hallar refugio, sino en la mismidad.

Eran tardes para la reflexión y la lectura, además de para experimentar la ineluctable sensación de ser la difusa angustia de la separatividad. ¿Separado de quién o de qué? No alcanzaba a saberlo. Y prefería la lectura de los cuentos de Rudyard Kipling a la de Guillermo el Travieso, y la de los aforismos de Tagore a la de Tartarín de Tarascón. Sin duda, a mi madre le asustaba mi precoz sentimiento de trascendentalidad, pero ella también era un alma trascendental, aunque sabía mucho mejor que yo combinar lo trascendente con lo frívolo y lo espiritual con lo cotidiano. Era así una sabia con la capacidad de navegar por el océano de la vida interior y el de la vida exterior.

Fue mi madre la que un día habría de hablarme sobre Allan Kardec, padre del espiritismo moderno, y de los espectros y el incognoscible más allá. Otro día haría referencia a un país lejano y misterioso llamado la India; en otra ocasión escuché de sus labios la palabra “Buda” y me dio a leer *La vuelta al mundo de un novelista*, poniéndome el acento en el desgarrador capítulo dedicado a Calcuta. Más adelante me entregaría, para que los leyera, *Siddharta* y luego *Demian*.

Desde niño encontré una gran amiga en mi madre. Fue mi consejera en todos los ámbitos de mi vida, y a menudo le transmitía mis zozobras existenciales y mis cuitas metafísicas. La verdad es que no entendía nada (¡ay, eso me desesperaba!), máxime cuando mordía implacablemente mi alma la soledad del ser. A medida que yo iba sumando años, nuestras conversaciones eran mucho más profundas. Mi inteligencia mística no era despreciable, y en realidad es lo que me alimentaba y me atormentaba, pero fui progresivamente fracasando de modo estrepitoso en las clases de solfeo, de pintura y otras actividades, en tanto mi desinterés por los estudios escolares era absoluto. Desde muy niño mi resistencia a todo lo instituido, incluyendo los estudios reglados y académicos, me convertía en un desidioso incorregible con respecto a ellos, pero en un voraz lector. En la biblioteca de mi padre encontré un verdadero filón de obras de superación personal, que leía con inaudito entusiasmo. Había un autor que destacaba sobre todos, porque mi padre tenía todas sus obras –como hombre básicamente hecho a sí mismo– y se llamaba Paul Jagot. Leí y releí sus libros, en especial los relacionados con la educación de la voluntad y el control de las emociones.

Nunca comprenderé cómo pude llegar a tercero de Derecho, puesto que nunca sabré tampoco cómo pude ir aprobando año tras año el bachillerato y el entonces llamado “preuniversitario”. Si, por un lado, me interesaban las obras de Anatole France, Victor Hugo, Pierre Loti y Balzac, que mi madre iba poniendo en mis manos, por otro lado, me aburrían los estudios propios del bachillerato. Lo que deseaba no era aprender cosas inútiles, sino aprender sobre mí mismo, y ya sentía ansias no por conocer, sino por conocer al conocedor. Bueno, al final aprendemos muchas cosas que tenemos que desaprender. Me quedaba, casi desde que aprendí a leer, leyendo hasta la madrugada, pero en cambio me sentía incapaz de echarle un vistazo a las asignaturas oficiales.

Mi desidia por las actividades académicas me condujo a un internado durante dos años. Ilusoriamente, mi madre pensaba que mejoraría en mis estudios. En un colegio llamado Alamán tuve ocasión de vivir dos tipos de experiencias. Una, la de soportar a un energúmeno, el director, llamado Mancho, un verdadero cafre que, aun siendo ciego, se las arreglaba para buscar con sus manazas mi cara y brutaemente golpearla. ¡Educador de la época! Ciego también de los ojos del alma, la peor ceguera. Recibía ese trato simplemente porque no se les pasaba una a los jovencitos petulantes, mezquinos y prepotentes, de familias de clase alta, que pululaban, mimados y a sus anchas, por el colegio, custodiados por ese bulldog al que llamaban Mancho. Yo era un ácrata para todos ellos, un contestatario, un rebelde callado; me instalé en esa resistencia pasiva que tanto utilizaba el que habría pronto de ser mi gran ídolo, Gandhi, cuando todavía no había descubierto (lo haría bastantes años después) lo desgraciados que había hecho a su mujer y a sus hijos, debido a sus inexorables y desorbitadas exigencias. La otra experiencia fue bien distinta y de naturaleza mística. Durante una época fui trasladado a otro edificio que tenía el mismo colegio en el campo, desgraciadamente regentado por uno de los más detestados hijos de Mancho, pero donde por fortuna había una veintena de kilómetros de separación con el sádico fundador y director supremo del colegio. Durante los meses crudos del invierno practicaba una penitencia que consistía en pasear de madrugada con los pies descalzos sobre la escarcha; también me hice un atleta de los ayunos (como Gandhi), me dediqué a la plegaria y a la contemplación, y me hice un adicto a la Virgen, a la que yo llama Diosa, preguntándome por qué había un Dios, que nos presentaban por cierto bastante antipático, y no había una Diosa amable, confortadora, inspiradora y entrañable. La encontré muchos años después en la India. Se llama Parvati, la amorosa consorte del dios Shiva. También habría de encontrarme con la

benevolente diosa Tara y aficionarme a recitar su mantra (*Om Tare Tutare Ture Soha*) para invocarla y que me ayudara a cruzar de la orilla de la nesciencia a la de la sabiduría. En esa época, apartado hasta donde era posible del mundanal ruido en esas gélidas madrugadas (por fuera y por dentro, porque no hay peor gelidez que la del alma), saboreé momentos de éxtasis o especiales estados de consciencia que despertaban en mí un sentimiento de unidad y que me ayudaban a consolarme por la tristeza que sentía al estar separado de mi amada madre, compañera del alma, mentora y fuente de inspiración. Mortificaba mi cuerpo paseando por la nieve con los pies desnudos, pero también así sacaba mi mente del abotargamiento y alertaba la consciencia. Años después, al interesarme vivamente por la historia de los ascetas comprendí que la ascesis tiene dos vertientes bien diferentes, y solo a veces conciliables. Una de ellas es la ascesis por la ascesis misma, como medio de autopunición o herramienta de penitencia para saldar pecados (palabra que tanto espantaba a Vivekananda y prefería cambiar por “errores”) y purificarse, y que ha sido la ascesis propiciada por las corrientes cristianas paranoicamente enfocadas hacia la culpa y la autoculpa. Pero otra vertiente bien distinta de esta es la que se sirve de la ascesis como medio para transformar energías y emociones, fortalecer la voluntad en grado sumo y sacar a flote potenciales internos que pasan desapercibidos, o cultivar ese fuego interior (*tapas, agni*) que valoran los hindúes. De lo que no cabe duda es de que, a través de la austeridad o la ascesis, esos buscadores de lo Eterno que tomaron la anacoresis y que llegaron a estar incluso bastante en boga en el Medioevo, hallando refugio en los desiertos, se convirtieron en verdaderos atletas del espíritu, poniendo a prueba todos sus recursos internos de resistencia y convirtiéndose en los faquires de Occidente. No podía dejar de admirar a esos colosos que se sometían a pruebas tan extremas, a veces maltratando injustamente su cuerpo, cuando este, de acuerdo con el yoga, es el “templo de Dios” y hay que atenderlo con esmero, pero asimismo sin apego. Yo mismo en determinadas épocas de mi juventud me convertí en un implacable “domador” de mi cuerpo y lo sometí a prolongados ayunos, consiguiendo con uno de ellos adelgazar quince kilos. Hay que decir que el ayuno (que siempre debe ser vigilado y controlado, al contrario de lo que yo hacía) tiene una asombrosa capacidad para reportarle claridad y lucidez a la consciencia, además de que es un ejercicio superior para fortalecer la voluntad. ¿Cómo hubiera podido yo barruntar por esa época que un día tendría ocasión de codearme con penitentes de todo tipo tanto en la India como en Sri Lanka, capaces de emular incluso a los ascetas medievales que, para tomar consciencia

de la transitoriedad de la vida, dormían en sepulcros? Pero los penitentes de la India no han ido a la zaga, desde luego, aunque a menudo han actuado con más instinto materialista que aquellos de los desiertos de Nitria o el Alto Egipto.

A medida que sumaba años, las conversaciones con mi madre se hicieron sumamente profundas. A veces se añadía a ellas mi hermano Miguel Ángel y amigos de muy diversas edades y caracteres. Tengo que decir que durante años nuestra madre era una amiga que incorporábamos a innumerables reuniones. En unas ocasiones eran encuentros con artistas, otras con filósofos o visionarios, otras con espiritualistas o metafísicos, otras con escritores o aspirantes a serlo. A veces estas reuniones se eternizaban y nos sorprendía el amanecer. Especulaciones filosóficas, abstracciones metafísicas, disquisiciones existenciales y toda suerte de animadas conversaciones con un tinte de exploración espiritual o mística. Debatíamos sobre la existencia o no de un regente superior que hubiera construido un mundo tan mal diseñado como este, en el que todo se veía obligado, terriblemente, a fagocitarse. Entraban en liza los teístas contra los no teístas, y viceversa. Pero por lo general, aunque la conversación alguna vez se acalorase, teníamos flexibilidad en la exposición y ánimo amable en el trato, puesto que lo que nos divertía e inspiraba hasta el apasionamiento era la cháchara filosófica y conjugar toda suerte de hipótesis.

Paulatinamente me fui haciendo con una biblioteca extraordinaria, a pesar de que tenía catorce o quince años, pero además de leer incansablemente a los autores franceses y, por supuesto, toda obra de espiritualidad, metafísica o esoterismo que encontraba, comencé a interesarme por autores que narraban aventuras, como Emilio Salgari, en cuyas obras resumaba el trasfondo de la India o de otros países exóticos, que entonces ni sospechaba que un día pudiera visitar tan a fondo.

Sucedieron unos años de fértil relación cultural y espiritual, en los que los que nos reuníamos llegábamos a abordar todos los temas imaginables e inimaginables, reinando un afán por exponer interrogantes existenciales, imposibles de responder. A menudo debatíamos el tema del destino. Mi madre era fatalista, y yo no menos que ella, como si lo que tuviera que estar destinado a ser, sería. Teníamos así, incluyendo a mi hermano Miguel Ángel, al que saco poco más de un año, alma de bohemios, poetas, místicos y fatalistas. Toda clase de personas pasaban por estas “asambleas en busca de lo incognoscible”. Escritores, filósofos, pintores, psiquiatras y diletantes pasaban por mi casa, en esas reuniones que tanto entusiasmaban a mi madre, que tenía un espíritu

romántico y sensible, y que detestaba todo lo vulgar y mediocre, hallando fuente de inspiración, en cambio, en personajes originales o incluso estafalarios. Debo decir en este punto que he conocido no pocos a lo largo de mi vida y que me han aportado cuando menos diversión sana e inspiradora, y no pocas veces estímulo para la indagación y la reflexión. Esta etapa de reuniones intelectuales y pseudointelectuales, con personas de largas miras espirituales y otras simples diletantes, habría de repetirse, pero que muy intensamente, años después, ya viviendo en mi propia casa, durante la etapa de casi diez años en la que estuve casado con Almudena Haurie.

Mi madre solo pudo disfrutar de algunas de estas reuniones, mantenidas ya en mi casa, porque murió prematuramente y no pudo así conocer la galería de personajes de todo tipo que irían pasando por ella. ¡Cuánto hubiera disfrutado pudiendo asistir a mis encuentros con buscadores de lo Eterno, trotamundos, monjes y anacoretas, esoteristas y sanadores, marginados y ácratas, vagabundos del Dharma y sensitivos psiquistas, médicos inclinados hacia la búsqueda del universo paralelo, psiquiatras descarriados, embajadores de la India afanados más por deleitarse con la comida que por propagar la cultura de su país, detectives de ultratumba, sabuesos de la última realidad, y un sinfín de personas que a lo largo de muchos años fui tratando, pues no perdía ocasión para relacionarme con todas aquellas que pudieran aportarme cualquier conocimiento, fuera iniciático o no! Así conocí a joyeros del esoterismo y bisutereros del ocultismo; vagos que esperaban la iluminación sin levantar un dedo, y esforzados practicantes que no regateaban tiempo en seguir la senda hacia dentro; aquellos que se sentían temporalmente atraídos por temas espirituales para renovar su pobre capacidad de asombro y nada más, y aquellos que sacrificaban todo por hollar la senda hacia la consciencia realizada; falsarios y verdaderos adeptos; embaucadores y genuinos buscadores.

Devoraba cuanto libro caía en mis manos sobre los temas que me interesaban. Leía y releía las obras de Paul Jagot y empezaba a sentir curiosidad muy viva por todo aquello que era justo lo que no enseñaban en la escuela y que censuraba el régimen dictatorial.

Mi madre me llevaba a las tertulias o a charlar a los cafés clásicos de Madrid, sin dejar de lado el Café Varela, ahora renovado, pero donde persiste una placa conmemorativa a mi abuelo biológico, que celebraba allí no pocos encuentros literarios o de otro tipo. Me apuntó a una escuela de pintura, y una vez más demostré mi incapacidad para seguir una disciplina que los otros me marcaran. Pues a la sazón yo era un recalcitrante neurótico,

con mis crisis de melancolía insuperable, ansiedad, abisal insatisfacción y un ansia desmedida por comprender por qué misteriosos e insondables designios había sido encapsulado en un cuerpo y obligado a vivir una vida que consideraba realmente prescindible o, más aún, aborrecible. Pocos años después, cuánto me identificaría con Albert Camus, Sartre, Gabriel Marcel y otros, arrastrando sus miserias e incertidumbres en la barcaza de la vida. Fue cuando alternaba la lectura de los autores franceses con los rusos, sin dejar de lado a Blasco Ibáñez y Pío Baroja.

Las charlas de madrugada. ¿Cómo voy a olvidarlas? Una maraña de opiniones que a veces no conducían a parte alguna. Pero la inquietud estaba viva y la zozobra siempre presta. El anhelo por mirar al otro lado del muro; el afán por desvelar lo “indesvelable” y conocer lo incognoscible. Ya empezaba a desconfiar a mis quince o dieciséis años del pensamiento ordinario, de los modos comunes de cognición y de la lógica cartesiana y asfixiante. Había comenzado a escribir poemas, cuentos, relatos de diversa extensión y, sobre todo, reflexiones. También una especie de diario caótico, tintado por mis inquietos estados de ánimo. De todo aquel material, que mi madre aprobaba unas veces pero otras desaprobaba por completo, exigiéndome mucho más literariamente, terminé por deshacerme. Aunque llevaba escribiendo desde muy niño, mis dos primeras obras se publicaron cuando yo tenía veinticuatro años, por una editorial catalana. Después ofrecí otro de mis libros a otra editorial catalana, y me encargó nada menos que dos docenas de obras, de los títulos más diversos: filosofía oriental, yoga, budismo, hipnosis, esoterismo, biografías, test psicológicos y mentales, sexualidad, desarrollo interior y otros temas. Durante años publiqué con la editorial Cedel, y en realidad su propietario de entonces, José Oriol Ávila, un contumaz naturista, fue mi primer editor consistente.

Era mi mente ese mono loco y ebrio al que se refieren los yoguis; ese elefante furioso e incontrolado. Todos los registros anímicos posibles los conocía de primera mano. Fluctuaciones de todo orden. Comencé a leer los poemas de san Juan de la Cruz. Ya aspiraba a «esa casa de la nada donde el alma no está penada». Después vendrían las concienzudas lecturas del maestro Eckhart, de Kabir y de Rumí. Como un ciego dando palos para lograr abrir una ventana, siquiera un ventanuco, hacia una comprensión más profunda y un estado anímico menos turbado. Era el premio Nobel Richet, muy amante de la fenomenología oculta y lo desconocido, quien declaraba: «Solo hay una ventana abierta, y es sumamente estrecha». Para ensancharla, muchos recurrieron a los paraísos artificiales del ácido lisérgico, el STP y otros alucinógenos, y penetraron al final en

callejones sin salida o, frustrados, se percataron de que esos “viajes”, de colores tan vivos y arabescos tan llamativos, al final no transformaban la consciencia y menos aún las actitudes y proceder y, empero, resonaban nocivamente en el cerebro. Nunca me aboqué por tales derroteros, convencido desde la niñez de que no se puede tomar el cielo tan fácilmente por asalto o de que no hay atajos hacia la Liberación. Habiendo viajado incansablemente por lugares como Katmandú, Goa, Bali y otros, me hubiera sido bien fácil probar sustancias diversas, pero siempre he creído que el verdadero Soma mora dentro de uno, y ahí hay que destilarlo. La misma nula inclinación he tenido por el alcohol. Creo que hay otros métodos, menos dependientes, de entonar el ánimo y quebrar inhibiciones. La urgente necesidad del occidental por que todo sea aquí y ahora. Años después leería en Rof Carballo aquello de que el occidental quiere obtener en un fin de semana lo que un monje zen o un yogui demoran años en conseguir. Además de mis impulsos hacia el descubrimiento del Universo Paralelo y el desarrollo de la consciencia que entonces primaban en mí, solo otros palpitaban sin disimulo, y eran los que me inclinaban hacia el Eterno Femenino, enamorándome así vez tras vez de las apetecibles amigas de mi madre, entre las que había románticas empedernidas, bailarinas, escritoras y poetisas, amén de algunas bastante frívolas y divertidas que contrastaban con las muy trascendentales, siendo más animosas y amenas. Dado que mi madre solo me sacaba diecisiete años, sus amigas eran siempre o casi siempre jóvenes, por lo que no solo estaba enamorado de mi madre, más bella de cuanto pueda decirse y una verdadera Shakti viviente, sino también de sus sugerentes amigas. Ya era dado entonces a deleitarme con el dulce y enardecedor contacto que provoca la caricia, y a convertir a las mujeres en inspiradoras musas, toda vez que desde niño me descubrí como un contumaz buscador del Eterno Femenino. Quizá ya tenía incipientemente algo de genuino tántrico, sin que nadie hubiera podido sospechar, ni yo mismo por supuesto, que muchos años después escribiría varias obras sobre el amor mágico, la sexualidad consciente, el tantrismo y la ciencia de amor. Lo que muy pocas personas saben es que yo comencé a publicar, por un lado, obras sobre sexualidad y, por otro, sobre técnicas de autorrealización, yoga, espiritualismo, test psicológicos (varios volúmenes) y filosofías orientales. Así tenía problemas con la censura en dos direcciones, pues pecado era ser osado en la exposición de los modos de amar como en los modos de pensar y filosofar. Mi obra *Introducción a la vida sexual* apareció muy vulnerada y “suavizada”; mi novela centrada en la difícil y clandestina vida de un homosexual tardó tres años en ser

autorizada por la censura, y apareció con cortes de todo tipo; otra obra mía sobre sexualidad solo consiguió publicarse por “enchufe”, haciendo para ello las veces mi padre, y otra escrita a medias con mi hermano Miguel Ángel (*Preguntas y respuestas sexuales*) nunca logró ver la luz. Debía también extremar el cuidado al referirme a las sabidurías de Oriente, pues un impenitente no teísta como Buda era peor considerado que un diablo.

A menudo me preguntaba por el porqué del sufrimiento. Además de que uno no optaba por nacer, tenía que enfrentarse al sufrimiento propio y al ajeno, y, como una vez dijo Buda, si se reuniesen todas las lágrimas que los seres han llorado, no cabrían en todos los océanos del mundo. Ya desde aquellos remotos años anhelaba encontrar la forma y la fórmula de aliviar el sufrimiento propio y el de los demás. Con el tiempo sabría que tres son las bases del sufrimiento: una es la naturaleza misma, pues engendra ese sufrimiento universal que entraña enfermedad, vejez, muerte y separación de los seres queridos; otra es la mente, en tanto que no se libera de sus engaños y corrupciones, y otra es esa misma mente (enquistada en la ofuscación, la avaricia y el odio), que provoca daño en las otras criaturas. Desde mi mente juvenil me decía cuán mal construido estaba este mundo al existir tanto sufrimiento y fagocitación, tanta tribulación y desconsuelo, lo que era imposible en modo alguno acomodarlo a un regente divino omnipotente y bondadoso. Y ya desde muy niño comprendí visceralmente más que intelectivamente que la lucidez nos hace ver cara a cara esa masa enorme de sufrimiento, pero que todo está organizado para esconderlo, para no quererlo ver, hasta que uno, inevitablemente, se enfrenta de primera mano con él. Y también muchos años después sabría que numerosas técnicas de autorrealización han surgido para tratar de enfrentar con sabiduría y ecuanimidad el sufrimiento, y que muchos de los llamados métodos soteriológicos buscan liberarnos de él, o saber instrumentalizarlo en la senda hacia la Comprensión Clara.

Tenía quince o dieciséis años cuando (y aunque nunca he sido competitivo) casi inexplicablemente he aquí que gané el campeonato de todas las categorías de yudo, a pesar de que detestaba enfrentarme con otro yudoca. Debió de ser el miedo el que me hizo vencer, pues ¿no dicen que lo mejor de un boxeador, por ejemplo, sale cuando está contra las cuerdas? Y mi adversario era el yudoca más técnico y elegante que por entonces hubiera. Debí de tener un golpe de fortuna y por eso pude derribarlo. El yudo no me importaba lo más mínimo, pero gracias a haber acudido a un gimnasio para

practicarlo conocí a una persona que desempeñaría un papel muy destacado en mi vida tras escucharle que hablaba de “yoga” con un compañero. Pregunté: «¿Qué es el yoga?». Rafael Masciarelli repuso: «Un método para el dominio de la mente». ¡Eureka! Yo deseaba como fuera saber más de ese misterioso método. ¡Y encima venía de la India y tenía miles de años de antigüedad! La palabra resonó con fuerza en lo más profundo de mi ser. ¡Yoga! No tenía ni idea de qué podía ser aquello a lo que se refería Rafael Masciarelli, pero estaba en mi ánimo sacarle todos los conocimientos que pudiera para adentrarme en ese universo del que nada sabía.

Rafael era todo un personaje. Si lo hubiera deseado, habría logrado ser un maestro espiritual de excepción. Tiempo después, yo le propondría escribir un libro a medias, pero se ve que estaba demasiado ocupado con su búsqueda para aventurarse a escribir una obra conmigo. Era hijo de una bailarina muy famosa y, por lo que pude ir indagando, desde niño había sentido la llamada del espíritu. No solo era un yudoca excepcional que daba importancia a la actitud mental y no solo a la parte física de las artes marciales, sino que tenía un conocimiento enciclopédico sobre esoterismo, zen, alimentación pura y técnicas en general de autorrealización. Como todo lo que él dominaba, de algún modo era por completo nuevo para mí, eso me despertaba una gran admiración por él y trataba de “succionarle” cuantos conocimientos y técnicas podía, pero solo lo conseguía en parte, en pequeñas dosis, porque por su carácter era a la par afectivo, reservado e intencionadamente críptico o reticente. Me demostró su amistad una de las primeras veces que seguramente y de modo cierto estuvo en peligro mi vida. Fue cuando iba en moto a una velocidad endiablada y se me cruzó un coche. Tuve la muy rara fortuna (los ángeles de la guarda a veces parecen funcionar) de saltar por encima del coche un gran número de metros, hacerme una buena herida en la pierna y una brecha considerable en la cabeza, que me produjo conmoción cerebral, pues en aquella época prácticamente nadie llevaba casco. Rafael me tuvo alguna noche en su casa, cediéndome su cama y habitación, y teniendo yo la preciosa ocasión, una vez que salí de la conmoción, de empezar a rebuscar entre su enjundiosa biblioteca, donde había libros de las más variadas disciplinas místicas. Horas de fascinación y entusiasmo ojeando aquellas obras que seguramente, pensaba, tanta sabiduría encerraban y sobre todo claves para poder “ver” más allá de las apariencias y encontrar esa hebra de luz en la oscuridad que desde niño ansiaba hallar.

Las sincronicidades: en una época temprana de mi vida, ese buen amigo llamado Rafael Masciarelli tuvo un papel importante abriéndome alamedas espirituales; en otras épocas de mi vida, muchos años después, lo haría otro amigo también llamado Rafael, de apellido Campeny. ¡Lástima que el destino no los uniera, pues se hubieran entendido de maravilla! El caso es que Rafael, al que llamábamos Pancho por ser mexicano, me fue poniendo al corriente de que había un estado de consciencia muy superior llamado *moksha* y que los yoguis lo iban ganando en la medida en que transformaban su visión, liberaban su mente de la ilusión (*maya*) y las negatividades, y se adentraban en un espacio muy elevado de consciencia conocido como *samadhi*, la unión del ser individual con lo Absoluto. Yo estaba realmente fascinado por esta información que me hacía anhelar poder algún día deleitarme también con ese estado tan superior de consciencia, encontrar respuestas a los grandes interrogantes de la vida a través de él y ser merecedor de *moksha*. ¡No sospechaba entonces cuán larga es la senda hacia la autorrealización, y cuán sinuosa y esforzada! Pero no cabía de gozo en mí al saber que había una posibilidad, por remota que fuera, de poder salir de las sombras y tener vislumbres de conocimiento que me reportasen consuelo a mi a veces agónica vida interior. Siempre había sentido como una mordedura brutal en las entrañas la insatisfacción que me producía la vida en sí misma, desde mis primeros años de existencia, como si ya estuviera más que cansado de haber repetido el ciclo de sucesivas vidas, que dirían los hindúes, y anhelase poner fin a este sueño de efímeros placeres y sufrimientos. La soledad del ser no dejaba de manifestarse de los modos más diversos. Seguramente por ello desde la niñez tuve muy claro que no quería traer hijos a este mundo, y años después, en una circunspecta conversación con mi padre, así se lo expuse ante su mayúscula sorpresa. Ya estaban los otros para traer hijos al mundo sin cesar, la mayoría de las veces sin consciencia, por simple inercia, por modelos sociales o por instrumentalizar al niño para superar su desmotivación vital. Me propuse que solo tendría hijos de la carne si fracasaba en el hijo del espíritu. También hablé alguna vez de este tema con Rafael, que era afín a mi propósito.

Durante muchos años, Rafael Masciarelli y yo mantuvimos una relación muy intensa y enriquecedora metafísica y espiritualmente. Nos quedábamos muchas veces hasta el amanecer hablando de las distintas sabidurías de Oriente, la iluminación, el *jivanmukta* o liberado viviente, Buda y Mahavira, el tantra y el zen, e infinidad de temas que a ambos nos interesaban visceralmente y que nos ofrecían esperanzas ciertas para superar la

“ineluctable pesadez de vivir”. Eso no quiere decir que, llegado el momento, no celebrásemos la vida y sus lados más deleitosos, pero con la consciencia viva de la insustancialidad y transitoriedad de todo. O sea, que palpitaba en nosotros una lucidez hiriente, pues como muchos sabios de Oriente declaraban: «Para el que sabe ver, todo es doloroso», en cuanto que no hay lugar para el autoengaño, el enmascaramiento, los placebos o las componendas. ¿Por qué hay niños y jóvenes en los que ya se manifiesta muy vivo este sentimiento de insatisfacción, este impulso de querer transformarse y trascenderse, esta ansia por ver más allá de las apariencias y encontrar un sentido? No es posible saberlo.

De entre los amigos de mi madre hubo dos que me despertaron gran interés. Uno de ellos era psiquiatra, Alfredo Rego, y el otro era dibujante y escritor, Luis López Motos. Por distintas razones me estimulaban. Alfredo era alto y apuesto, como un típico psiquiatra salido de una película norteamericana, que pareció tomarme bastante afecto y que gustaba de escuchar mi interés por el alma humana. Era director de la sección de mujeres del Hospital Psiquiátrico de Mujeres (sin ambages, un manicomio de tantos) de Ciempozuelos, y, en mi ánimo de sondear más en la psicología de las profundidades, lo convencí para que accediese a que yo visitara algunas dependencias de esa especie de campo de concentración. Tal era ya mi interés por la mente humana y por escudriñar en las profundidades del alma que me empeñé en efectuar esta visita, que resultaría sumamente desgarradora y que me enfrentó a un espectáculo difícil de describir. Era un establecimiento feo y sórdido, cuartelero, donde las enfermas deambulaban por los pasillos, descontrolados los movimientos del cuerpo, desencajados los rostros, pobremente vestidas y muchas atadas. Parecía el infierno de Dante. Algunas de estas mujeres, catatónicas, se sentaban en un rincón, o se echaban en posición fetal en el suelo, o se quedaban de pie, como un poste, durante horas, todas ellas medio inmovilizadas; otras ejecutaban movimientos muy lentos y robóticos, y otras babeaban, o sollozaban, o suplicaban, o se echaban encima como espectros, o reían estrepitosamente, o te miraban amenazantes, o te increpaban con palabras ininteligibles. A lo largo de la historia de la humanidad, ¡qué mal trato se ha dado a los dementes o deficientes mentales! Y eso cuando no se los ha considerado endemoniados y se les ha torturado o sacrificado. Recorriendo aquellos pasillos umbríos y desoladores, de paredes desconchadas, donde el aire parecía irrespirable, comprobando el trato que recibían esas mujeres desgraciadas, se me partía el corazón y me sentía impotente ante tanta miseria

humana. No lograba detener las lágrimas que afloraban a mis ojos. Reptando por el suelo, una de la mujeres, casi una niña, se abrazó a mis piernas, como pidiendo misericordia. Uno de los loqueros, pues más que enfermeros eran eso, loqueros, me la quitó de encima. Un anciana decrepita y que no podía contener la baba me pidió un cigarrillo, y me fueron vedadas algunas salas donde las mujeres estaban desnudas o atadas a las camas. Con ojos interrogantes y angustiados miré a Alfredo, como queriendo hallar una respuesta a todo aquello, pero vi que movía la cabeza con fatal resignación, pues los presupuestos debían ser paupérrimos y, por ello, la atención a las enfermas era insuficiente. Las había que sin padecer demencia fueron abandonadas por sus parientes para liberarse de ellas, y otras, que sin tener adónde ir, preferían una comida infame a no tener ninguna e incluso se hacían pasar por locas, y también estaban aquellas que, a falta de diagnósticos rigurosos, se habrían curado, pero no terminaban de ser dadas de alta, o aquellas que no querían enfrentarse con un mundo del que llevaban mucho tiempo distanciadas.

Me sentía consternado y me percataba de que también Alfredo lo estaba. Cuando le pregunté cómo podía suceder algo así, se encogió de hombros, desolado. Él era un profesional de gran sensibilidad y, en la medida de sus posibilidades, trataba de procurar la mejor y más digna atención a los enfermos. Se trasladó luego a Martorell y fue durante muchos años director médico del Centro Neuropsiquiátrico. En mis conversaciones con él –pues llegó a estar muy próximo a mi familia durante una época e incluso salíamos a pasear por el casco antiguo de Madrid hasta la madrugada–, le inquiría sobre los aspectos ignotos del ama humana y de las razones que llevan al desvarío o la locura. Ya mi interés por todo lo psíquico era muy intenso y leía con fruición, entendiendo lo que podía, libros de psicología.

Por su parte, Luis López Motos se convirtió en uno de mis grandes amigos de mi primera juventud. Era una mezcla sugerente de bohemio, diletante, ácrata, artista y espíritu contradictorio, muy dado a ser versátil, irónico, *bon vivant* a pesar de sus escasos recursos, empedernido degustador de vinos y mujeriego, y por tanto frenético admirador de las mujeres y de sus formas, cuanto más procaces, mejor. Me hablaba de literatos, pintores, disolutos y calaveras, proyectos imposibles de llevar a cabo y guiones para novelas que nunca escribió y que deseaba que yo escribiera, pero que tampoco lo hice. Era ocurrente y orgulloso. Vivió en cierto modo frustrado porque no se reconocía su genio, pero tenía la capacidad para divertirse de lo lindo a pesar de su poso de amargura

interior. Era un verdadero entusiasta de Cervantes, y por ello me llevaba a Esquivias, donde hay un museo en el que se alojan algunas de las que él bautizó como “motigrafías”, inspirándose para este vocablo en su propio apellido. No soportaba el trato con los artistas, aunque, dadas nuestras frecuentes reuniones, le mortificábamos sumándole a ellas, pues tal era el cariño que le profesábamos. De madrugada, ambos nos consolábamos charlando el uno con el otro, haciéndonos confidencias y recorriendo las callejuelas del viejo Madrid. Él me exponía sus vicisitudes cotidianas y yo las mías, metafísicas. Al menos él tenía una ventaja notoria sobre mí: podía ahogar sus penas con unos cuantos vasos de vino (que siempre tenían que ir irremisiblemente acompañados de una tapa), efecto que yo no conseguía con los sucesivos vasos de leche con los que lo acompañaba. Murió pobre y olvidado, pero en compañía de una mujer que lo amaba profundamente y lo admiraba como nadie. Ella fue el consuelo de los últimos años de su vida y también de su muerte. La conocí bien; era su Dulcinea, su musa, su Reina de Saba.

También por aquellos años mi madre nos llevaba a mi hermano Miguel Ángel y a mí, con no poca frecuencia, al Café del Prado, pues vivíamos a unos minutos de este. Nos reuníamos con literatos, filósofos, diletantes y amigos entusiastas de la charla metafísica, salpicada con inevitables chismorreos, frívolas objeciones o grandes risotadas. Entre esas personas, mantengo vivo el recuerdo de un hombre de mediana edad con un talante sereno y afectivo, de palabras bien medidas y sagaces. Se trataba del catedrático de Literatura José María Cabezalí. Nos impresionó mucho cuando nos enteramos de que había sido recluido en un establecimiento psiquiátrico y le perdimos la pista. Había en estos grupos supuestos escritores que no escribían una línea, a la espera angustiosa de que bajase la inspiración; pintores que lo hacían muy bien, aunque no llegaron a triunfar por completo, como el pintor y gran restaurador José Padilla, bohemios recalcitrantes, románticos empedernidos y pensadores que se las veían moradas para poder llevarse algo a la boca y que no ocultaban su contento cuando mi madre les invitaba a un café, y si era acompañado de un suizo, tanto mejor.

Era mi madre una verdadera librepensadora, muy avanzada a su época, y siempre estaba en la mejor disponibilidad de experimentar todo aquello que pudiera enriquecer aún en mayor grado su alma sensible y creativa. Aunque fui yo quien por primera vez le hablé de yoga, fue ella la primera en apuntarse a las clases de yoga que un indio llamado Kapala Darasanna Roy había comenzado a impartir. Se había establecido en un pequeño

chalet en las entonces afueras de Madrid. Siguiendo la recomendación de mi madre, yo también me apunté a las clases, pero en horarios diferentes. Kapala Darasanna Roy era muy serio, hasta resultar un poco antipáticamente solemne, al estilo de los mentores *hindúes*, que arrastran en los genes el papel del gurú que nunca debe ser cuestionado y siempre ha de ser reverenciado. La sala en la que impartía las clases era de tamaño reducido, para unas ocho personas. Kapala era alto, fibroso, de buena estampa y con los típicos ojos profundos, casi abismales, de muchos indios. Nunca sonreía, ¡y mucho menos se le veía reír! Impecablemente vestido de calle, al estilo occidental, nos iba dando las clases de palabra, erguido como un poste, sin ejecutar las *asanas*. De hecho, en todos los meses que estuve con él, jamás le vi practicar una postura de yoga, pero en las paredes había fotos donde se le veía ejecutándolas con gran destreza. Me acompañaba a las clases un amigo periodista y actor llamado José Luis Izaguirre, a través del cual yo había conocido a un buen número de actores y guionistas de cine, pues estuve un tiempo interesado en hacer guiones de cine.

En casi todas las clases hacíamos las mismas posturas, que solían ser la de la pinza, la de la cobra, la de la media cobra, la de torsión, la del saltamontes y la de la vela, entre otras, todas ellas muy básicas. Las manteníamos siempre, y un tiempo nada despreciable, y las repetíamos dos o tres veces. Al repetirse casi siempre las mismas *asanas*, para algunos las clases resultaban monótonas, pero en absoluto para mí, porque como trabajábamos las *asanas* manteniéndolas, eso me permitía interiorizarme y trabajar en el plano físico, el energético y el mental. Por eso, en el verdadero *hatha-yoga* y no en sucedáneos, las posturas siempre son estáticas, y ello permite conseguir la conquista de la mente a través de la conquista del cuerpo, y convertir la ejecución de las *asanas* en una meditación mediante la corporeidad.

Menos a estudiar, dedicaba la jornada a muchas cosas, como a la práctica del yoga, la de la meditación *raja-yoga*, la meditación zen, la lectura y las charlas interminables con Rafael y otras personas interesadas en el ámbito de la mística o la autorrealización. Mi angustia existencial, empero, no decrecía, sino tal vez al contrario. Visité a un psiquiatra a la antigua usanza, o sea puramente biológico, pero por fortuna no caí en manos de López Ibor (Dios fue misericordioso en ese sentido). Mi psiquiatra, si mal no recuerdo (nunca he llevado un diario ni nada parecido, ni notas sobre pasajes de mi vida), se llamaba Antonio Morales. Era una persona agradable y me infló a anafranil, tofranil y otros potingues que me mantenían embriagado. ¡Claro, si te provocan un encefalograma

plano, se acabó la angustia existencial! Lo dejé en cuanto me di cuenta de que ese no era el buen camino, pues si había algo que yo no necesitaba era justamente que me atiborrasen a ansiolíticos o antidepresivos y me convirtieran en un zombi. No se trataba de esconder, parchear, hacer componendas, sino de ir directamente a las causas. Lo otro era ocultar, en lugar de desenmascarar. Decidí cambiar de especialista y comencé a tratarme con un psiquiatra llamado Pablo Población. También era amable, aunque más pagado de sí que el anterior. Le dije desde el principio que solo quería un ansiolítico de apoyo cuando tuviera una crisis de despersonalización, que eran los “ataques” de ansiedad que yo experimentaba a veces en esa época, en los que tenía la vivísima y muy angustiosa sensación de enloquecer o morir, o sea, que no había muchas alternativas. Comencé a practicar con el doctor Población el método interior del entrenamiento autógeno del neurólogo berlinés Schultz, que reconoce haberse inspirado en el yoga. Es el método de relajación occidental más solvente, muy interesante, pero el de verdadero alcance psicomental es el grado superior, que no impartía Pablo, aunque yo lo hacía por mi cuenta con gran aprovechamiento. Además del entrenamiento autógeno, el doctor me hacía un tipo de psicoterapia poco profunda, más una terapia de apoyo. Como no recordaba mis sueños, me dio una noche, para provocarlos, media pastilla de LSD, que entonces se vendía en las farmacias, comercializada por Roche. No me sirvió de nada. Pero Pablo sí me contó, con minucioso detalle, qué había experimentado cuando hizo su “viaje” lisérgico, y cómo, además de hacérsele interminable, pues se extendió más de ocho horas, era muy dado a hablar con las plantas. Lo que a mí me interesaba no era lo que él les dijera, sino lo que ellas pudieran decirle a él. No dejábamos, es el caso, de rascar en la superficie. Eso no era lo que yo buscaba. Con mis propias prácticas de introspección, yo llegaba mucho más lejos que con su cooperación profesional. Tanto del doctor Morales como del doctor Población guardo un grato recuerdo. No pudo ser y no fue. Se ve que estaba escrito en las estrellas o en el *akasha*, de acuerdo con los hindúes, que yo fuera a desembocar en la consulta del doctor Lorenzo Frutos Carabias. Bueno, lo que no lograba profundizar con Población, lo conseguía con Rafael. Lo importante es que unos acontecimientos te llevan a otros, y que al final todo son cuentas en el hilo de Ariadna. El doctor Población, empero, era un experto en psicodrama y sirvió de asesor en una sesión a tal fin interpretada por actores y donde se ponía al descubierto, en toda su crudeza, la interacción psicológica y a veces sumamente tensa entre las personas. Yo mismo durante años investigué en el psicodrama, y cuando era necesario, lo aplicaba con

los aspirantes espirituales, pero hay que tener mucho cuidado en la aplicación de una técnica que a veces se vuelve muy descarnada, moviliza muchas pulsiones inconscientes y luego la persona puede tener dificultades para poder reintegrar todo ello.

Mi ánimo era sumamente cambiante por aquel entonces. Había comenzado a practicar, de forma autodidacta, algunas posiciones de yoga y algunas técnicas básicas de control respiratorio. Mis estudios iban de mal en peor, pues mi desinterés hacia ellos era absoluto; además rechazaba toda disciplina escolar y mis compañeros me resultaban demasiado simples y, por tanto, incapaces de conectar con mis laberínticas inquietudes, pero supongo que en el fondo envidiaba esa simplicidad que les hacía la vida más plácida, en tanto que a mí tanto cuestionamiento metafísico me atormentaba. Había sido un niño difícil y tampoco era un jovencito sencillo. Se paga, lo supe desde muy niño, un diezmo a la lucidez. Pero a pesar de mis situaciones internas agónicas, a veces había destellos de profunda alegría, sobre todo cuando leía *moksha* y ensoñaba seres humanos liberados de las cadenas de lo fenoménico. Lo que es innegable es que conocía bien todo el arco de las emociones humanas, desde las más desgarradoras hasta las más pletóricas, y que trataba de dirigir mi exceso de energías hacia la lectura, la ensoñación en un mundo más humano, las fantasías sobre mis futuros viajes y el anhelo, cómo ocultarlo, de hallar en el pedregoso camino de la vida mujeres especiales que con su energía fueran capaces de desencadenar más las mías y embriagarme con su ternura y su pasión. Mi enorme timidez de entonces me incapacitaba para tratar de conquistar a las jovencitas que me robaban el alma, pero era yo como un trovador en busca de una sonrisa dulce o una mirada confortadora. La mística de lo femenino ejercía un gran poder sobre mi alma juvenil. Por eso siempre he preferido a Laxmi antes que a Vishnu y a Sita antes que a Rama, y a la diosa a cualquier dios. La diosa es todopoderosa y rica en poderes. Por eso, millones y millones de seres humanos la veneran y la aman, mientras que a los dioses los temen.

2. En busca del universo paralelo

La insatisfacción es una fuerza muy poderosa que nos puede construir o destruir. Es descontento, pero, como dice un texto indio de primerísima importancia, *Yoga Vashishtha*, solo los brutos no sienten descontento. Debido a la insatisfacción te ves abocado a buscar y llenar ese hueco de inmenso vacío que uno experimenta en su propio interior; por el descontento te ves impelido a encontrar el modo de salir de él. Insatisfacción y descontento me atormentaban y me inspiraban. A veces me colapsaban, pero otras me dinamizaban y me convertían en un sabueso que no dejaba de buscar y tratar de resolver grandes interrogantes que escapan al pensamiento lógico. Hay personas –y era mi caso– que se sienten acuciadas por hallar un sentido. Décadas después, al entrevistar a Ramesh Balsekar,^{*} sabría que a este le gustaba bromear, y más que bromear, con aquello de que el mecanismo de la búsqueda es muy misterioso, y que en aquel que se desata, ¡vaya vida de miseria que le espera! O de gloria, porque al menos no se quedara en la consciencia-limbo y tratará de ganar la consciencia que ve y discierne.

Si había un campeón de la insatisfacción, ese, que no se dude, era yo. No me bastaba con enfrentarme al hecho contundente de que la vida parecía una variante del color azul de lo absurdo; quería ir más allá. Estaba metido en un atolladero, pero no me resignaba a no encontrar la solución al *koan*, y en este caso pocos ilustrarían tan bien mi situación como el *koan* del ganso. De pequeño, un ganso fue introducido en una botella. Una vez que creció, se le quería sacar de la botella sin romperla ni matar al animalillo. ¿Cómo lograrlo? La respuesta es: «¡Ya está fuera!». Pero no era tan fácil para mí salir del atolladero.

Empecé a solicitar obras de yoga, hinduismo, faquirismo, budismo, iniciación y esoterismo a Francia. Y así poco a poco fui bordeando la frontera con el universo paralelo y conociendo los principios básicos del esoterismo:

- Existe un universo paralelo e invisible, donde rigen sus propias fuerzas.

- Es un universo etéreo, extranatural, al que determinadas personas pueden acceder mediante las herramientas esotéricas y la percepción supranatural. Es posible poner del lado de uno determinadas potencias supranaturales, ya sea con fines egoístas, o altruistas.
- Ese universo paralelo y esas potencias supranaturales no se pueden verificar ni comprobar científicamente, pero son fiables y ciertas, de acuerdo con el esoterismo clásico, porque infinidad de personas han conectado con ellas o las han experimentado. Unas veces, a través de unos métodos esotéricos (ceremonias, rituales, prácticas mágicas, plegarias y conjuros), y otras, valiéndose de otros medios (concentración, utilización de diagramas y salmodias, poder mental).
- En ese universo paralelo, infinitamente más sutil que el material, hay seres de distinta naturaleza, desde el espíritu de maestros altamente realizados hasta el de otros ignorantes y elementales.
- Esa realidad oculta, a la que solo algunos logran acceder y muy pocos consiguen poner a su servicio, es permanente. Los ocultistas de todas las épocas, por unos u otros métodos, han tratado de investigarla y explorarla.
- A diferencia del conocimiento ordinario y exotérico, hay un conocimiento superior y esotérico que los sabios ocultistas de todas las épocas han tratado de custodiar, por un lado, y propagar, por otro, a aquellos que son merecedores de él y que han sido iniciados y se han ganado el grado de adeptos. Los adeptos saben de estos misterios y forman parte del linaje de personas que transmiten la enseñanza oculta.
- Hay un regente divino e inteligente.
- Existe un gran número de libros, desde la antigüedad, donde se vela por esta gnosis o conocimiento esotérico supremo, donde se imparten enseñanzas y disciplinas para poder conectar con la última realidad según la entiende el esoterista.
- Se insiste en la diferencia entre lo aparente y lo real, lo material y lo espiritual, el universo de las formas y el de las no formas o energía.
- Este conocimiento o gnosis, así como sus adeptos, ha sido perseguido por todos los medios, desde la noche de los tiempos, por la Iglesia instituida, debido a lo cual muchos de los iniciados se han visto obligados a mantenerse en la sombra. Siempre ha persistido una tradición iniciática y esotérica, en la que han florecido mentes muy notables, como la de Hermes Trismegisto, con su célebre adagio: «Lo que es arriba es abajo y lo que es abajo es arriba».

- Prima la fe sobre la razón; la creencia sobre el agnosticismo.

A Papus, Estanislao de Guaita, Eliphas Levi, Peladan y otros grandes esoteristas llegaba a sentirlos como amigos y cómplices. Leía y releía sus obras de antaño, ensoñando ese universo paralelo y esos maestros en el astral que velan por la humanidad y de vez en cuando imparten sus enseñanzas, o incluso se reencarnan para despertar un poco la consciencia de un mundo atrozmente dormido. Ese es el papel de los avatares (reencarnaciones del Divino) según el hinduismo. Algunos de estos escritores esotéricos eran sin duda de mente brillante y con una escritura que no lo era menos, pero es que, finalmente, es muy fácil hablar y hablar, enredar y enredar, sobre lo incognoscible, en lugar de hacerlo sobre lo conocido y más cotidiano, para luego no aportar fiables enseñanzas y métodos de lo esencial: la transformación interior y el verdadero despertar de la consciencia. No puedo negar, empero, que durante los años de mi primera juventud estuve fascinado con las corrientes esotéricas más diversas, apartándome eso sí, casi desde el principio, de las puramente mánticas, aunque no dejé de practicar con la *baguette* y el péndulo de acuerdo con las enseñanzas de la radiestesia, o adentrarme en otras *mancias* en mi desmedido afán por conocer e ir más allá de las limitaciones de mi torpe mente. Pronto, empero, capté la diferencia abismal entre los esoteristas de altura y los ocultistas de bisutería, cuya pobreza cultural era apabullante y aun menor muchas veces que la espiritual y emocional, y donde, desde siempre, ha habido una legión de alienados, fantoches y farsantes, engañosos y catacaldos. Me fui percatando, poco a poco, de que incluso los esoteristas de altura, que he leído hasta la saciedad, salvo algunas notables excepciones, tienen una capacidad especial para darle vueltas a todo sin llegar a ninguna parte, realizando afirmaciones por completo gratuitas y que nada aportan. Ni que decir tiene que los que más han enredado y distorsionado las verdaderas enseñanzas orientales han sido fundadores de la Teosofía como *madame* Blavatsky y el coronel Olcott, ambos fabulistas donde los haya, tergiversadores hasta un grado insultante, y por respeto no los tildo directamente de mentirosos y embaucadores, que no quiere decir, como demuestra la escritora rusa en su *Doctrina secreta*, que no tuvieran conocimientos a espaldas, pero no hay peor mentira que la verdad a medias o que una mentira disfrazada de atisbos de verdad. Tampoco quiere decir que no haya habido espíritus refinados y personas válidas dentro de la Teosofía, como es el caso de Mouni

Sadhu y algunos otros genuinos buscadores de la Realidad. La verdad es que no encontramos muchos.

En mi desmedido afán por saber de todo aquello, pero no lo instituido en las clases o lo falseado por la religión católica, me aventuré a investigar asimismo en numerosas cofradías, sociedades secretas, como la masonería, los martinistas o los rosacruces, y órdenes de un tinte entre religioso y esotérico, como los esenios y los terapeutas.

Por fortuna, no solo tenía interés por el esoterismo y el ocultismo, además de, en otro sentido mucho más serio, por las filosofías de Oriente, sino también por todo método que pudiera ayudarme en mi búsqueda interior y en la elevación de la consciencia. También comenzó a despertarse en mí un vivo interés por la psicología de las profundidades, las terapias psíquicas de cualquier tipo, y toda vía que condujera a desarrollar la intuición y mirar los fenómenos desde otros enfoques.

De la misma manera que poco a poco me fui familiarizando con los principios básicos del esoterismo, comencé a hacerlo con los de la sabiduría de Oriente. Iba absorbiendo y, racional e intuitivamente elaborando, y metabolizando, principios o leyes como:

- El verdadero poder reside en uno mismo, y la búsqueda no debe ser solo hacia afuera, sino sobre todo hacia dentro, donde reside la lámpara que uno debe encender.
- Hay una ley de dualidades o pares de opuestos (dentro-fuera, arriba-abajo, amargo-dulce) que rige la vida exterior y la vida mental, pero que hay que aprender a unificar para ir más allá de lo aparente y conectar con la última realidad. Hay que conciliar estas dualidades, como en el Tao se concilian el *yin* y el *yang*. Mediante la meditación y otros métodos se trata de ir más allá de este conocimiento dual, limitado, para recobrar un conocimiento más transformativo y liberador. La multiplicidad o diversidad, disociadas de la unidad, son ilusión o *maya*. La sabiduría deviene de la conjunción de los contrarios.
- La gracia es interior.
- Dios, para las tradiciones teístas, reside en el propio corazón, que es el templo que hay que visitar.
- No hay que moverse por creencias, sino por experiencias. Solo la experiencia libera y transforma. Para ello se requiere un método, el *sadhana*, que exige disciplina y perseverancia.

- Todo es vibración en expansión.
- Los fenómenos, todos ellos, son transitorios y, por tanto, impermanentes, y solo cabe así hablar de un ego provisional. El ego es el gran obstáculo que hay que superar.
- Desde hace milenios hay solventes enseñanzas espirituales y procedimientos psicoespirituales y psicosomáticos para poder elevar el dintel de la consciencia y recobrar la propia naturaleza original.
- En último lugar uno es su propio maestro y nadie puede ganar la liberación por otro.
- El conocimiento ordinario o conceptual es del todo insuficiente y es necesario desarrollar otros tipos de cognición y percepción para aproximarse a la Sabiduría y la completa libertad interior.

En esa búsqueda del universo invisible, no descarté pasar por el espiritismo. Daba palos de ciego, todo eran ires y venires en pos del conocimiento oculto y supremo. No solo leí a los grandes espiritistas, sino a todos los psiquistas y metapsiquistas de los que podía sacar un conocimiento sobre esa rara energía que denominaban *Psi*. Y así empecé también a leer afanosamente, y hasta altas horas de la madrugada, a grandes científicos a los que también los médiums avezados, como Eusapia Paladino, engañaban como a simples ignorantes, a pesar de que se utilizaban incluso rayos infrarrojos en las sesiones espíritas. Me interesé vivamente por el movimiento metapsíquico científico, que gravitaba sobre Harry Price (que alcanzó celebridad mundial, pero no me resultaba fiable, pues era más periodista que riguroso científico, y muy dado a hacer gala de sus saberes y a exhibirse), el premio Nobel de Medicina Charles Richet, el médico Gustave Geley, el astrónomo Camille Flammarion y el concienzudo científico Eugene Osty. Todos ellos trabajaron incansablemente en investigaciones psíquicas, trataron de desenmascarar a médiums falsarios e indagaron sobre realidades ocultas. También se codeaban con grandes ilusionistas o prestidigitadores, para saber así de aquellos trucos y artimañas que podían utilizar los médiums profesionales. Me hice con un buen número de ejemplares de la revista *Metaphysique* que se publicaba en Francia.

Richet, Osty y Geley eran personas de una enorme inteligencia y profunda formación científica. Estaban “obsesionados” por verificar científicamente la realidad de fenómenos inusuales y extranaturales (o paranormales). Se creó la Sociedad Metapsíquica para investigar fenómenos como la telequinesis, la psicoquinesia, la telepatía, la bilocación, la clarividencia y la formación de ectoplasmas. Se realizaron

innumerables pruebas con médiums en sesiones de espiritismo, incluso con rayos ultravioletas e infrarrojos, pero la habilidad de los médiums era pasmosa, y solían ir por delante, con sus trucos, de la sagacidad de los observadores. Ya Geley dijo con mucha razón que el gran problema es que lo que motivaba a todos los médiums profesionales era la avidez de dinero, y estaban dispuestos a cualquier tipo de artimaña y fraude para obtenerlo. Fueron estos científicos pioneros de la moderna parapsicología. En Francia, desde muy antaño ha habido una larga tradición de escritores e investigadores del esoterismo, de las tradiciones iniciáticas y de los fenómenos paranormales. Como pasé de jovencito dos veranos enteros en Burdeos, tuve ocasión de frecuentar muchas librerías y hacerme con las obras asimismo de dos pioneros de la parapsicología: René Sudre y Robert Amadou. Después alcanzaría no poca celebridad Rhine y sus no menos célebres cartas Zenner para la verificación telepática. La telepatía o lectura del pensamiento habría de ponerse bastante de moda y se comentaba en muchos medios, en los que se hacían pruebas telepáticas conectando a gente de tierra con los que viajaban en el *Nautilus* y en el *Polaris*. De vez en cuando saltaban este tipo de noticias, como aquella, un poco más adelante, de que un astronauta que había viajado en una nave rusa iba practicando yoga en el espacio.

Mi interés también se extendía hacia toda la sabiduría tradicional, siendo uno de sus más relevantes representantes en esa época René Guenon, y en otro sentido, Julius Evola. Me suscribí a la revista francesa *Initiation*, ya que desde siempre ha habido en Francia un fuerte movimiento iniciático.

Yo mismo asistí a innumerables sesiones de espiritismo, donde, en el mejor de los casos, todo era tan difuso como ambiguo. Me codeé con mistagogos y médiums que nada tenían de tales. Mis dos hermanos y yo, siendo el más pequeño Pedro Luis, ensayamos y flirteamos con sesiones espíritas muy diversas, donde a veces era difícil evitar el factor de la sugestión. Fue una fase en la que, por un lado, renovábamos nuestra capacidad de asombro y, por otro, nos divertíamos y, lo confieso, a veces sentíamos algún temor y se nos erizaba el vello. Siempre era más interesante y ameno que rezar el rosario o vernos obligados a asistir a misa, tal y como nos habían enseñado esas prácticas, mal, saturándolas de insuperable monotonía y convirtiéndolas en una penosa carga o deber. Así que preferíamos las sesiones espíritas a las misas, y los ruidos que se producían (*cracs*) en los veladores a las letárgicas letanías. Es una verdadera lástima que los intermediarios religiosos se hayan convertido muchas veces en los grandes traidores

de la genuina enseñanza de los fundadores y no hayan sabido explicar los métodos que estos concibieron para despertar las consciencias, ya que tal como nos muestran la religión y nos enseñan a practicarla no hacen más que fomentar creyentes aborregados y abotagados. Muchos años después, por ello, escribí dos obras “humanizando” la figura de Jesús y poniendo el acento en el lado realmente transformativo de sus enseñanzas y parábolas, que, además de la lectura textual, tienen otra, profunda y realmente inspiradora y reveladora.

Aproximadamente por esa época conocí a dos personas muy curiosas con las que llegué a tener un trato muy próximo. Yo siempre me juntaba o me “colgaba” con personas mucho mayores que yo, pues jamás me sentía inspirado con la compañía y conocimientos de los compañeros de mi misma o parecida edad. Estas dos personas eran dos grandes amigos entre ellos y sondeaban juntos las revueltas aguas de lo esotérico. Se llamaban Remigio y Cayetano. En tanto que Remigio era más intelectual y estaba sumamente comprometido con los estudios iniciáticos e investigaciones psíquicas, formando parte destacada en sociedades esotéricas, Cayetano era más básico, y disponía de capacidades premonitorias. Era una bella persona, siempre dispuesta a ayudar, y, al margen de si sus intuiciones eran tales o no, él estaba, según mi parecer, convencido de su fiabilidad. Ambos me inspiraban en mis pesquisas y excursiones al universo de lo invisible, y me facilitaban toda clase de datos, además de una entrañable compañía. Había heredado de mi madre ese afán por conocer a personas inspiradoras y con inquietudes, que no fueran lineales y me pudieran sorprender con sus conocimientos, procedimientos o modo de enfocar la vida. Mientras Remigio era más cerebro, Cayetano era más corazón. Así se complementaban de maravilla. Uno era el teórico y el otro, el práctico, y yo me alimentaba de los conocimientos y actitudes de ambos. Nunca olvidaré una noche, muy larga, que estuvimos haciendo una sesión de espiritismo a la que asistió un obispo ortodoxo. Éramos muchas personas y nos habíamos reunido en un chalet de mis padres en las afueras. El encuentro acabó de día, formando los asistentes pequeños grupos y hablando cada uno de los temas místicos o esotéricos que le despertaban interés.

A partir de entonces fui conociendo a personas de lo más variado, interesadas en movimientos espirituales, sociedades esotéricas y tradiciones iniciáticas. Muchos años después escribiría una obra que se ha reeditado numerosas veces, titulada *Sociedades esotéricas y movimientos espirituales*, donde no pude dejar de ser muy crítico con

algunas de ellas, que desde casi sus comienzos se tornaron putrescibles y que a pesar de sus aparentes buenas intenciones se convirtieron en un semillero de disputas y anhelos de poder, asociándose a poderes fácticos y perdiendo así su independencia y sus loables intereses espirituales. Este ha sido el caso evidente de la masonería, no obstante, para mí muy preferible al mucho más putrescible Opus Dei, pues por lo menos la masonería dispone de una serie de principios y pruebas iniciáticas no exentos de interés.

Asimismo, y aunque nunca he estado interesado en la fenomenología oculta, ensayaba algunos ejercicios de telepsiquia o telequinesis, de telepatía o lectura de pensamiento. Había una creciente cantidad de personas interesadas en los fenómenos extranaturales, y así comenzaba a gestarse, también en España, la parapsicología moderna. Años más tarde entablaría una buena amistad con Ramos Perera y, sobre todo, con el doctor Juan Estada, quienes más tarde me invitarían a dar conferencias en la Sociedad de Parapsicología que fundaron y me distinguieron con varios diplomas. Juan Estada vino a visitar a mi madre cuando estaba en la antesala de la muerte. La examinó a fondo, con excepcional minuciosidad, y diagnosticó que le quedaban muy pocos días o incluso horas. Nunca olvidaré algo que al despedirse me dijo: «La muerte de una madre deja una herida que jamás puede cerrarse». ¡Cuánta razón tenía!

Entre mis prácticas más asiduas estaba la de la relajación profunda del yoga o *savasana*. La practicaba en soledad y también en compañía de algunos amigos a los que yo había iniciado en esta saludable práctica. Me sentía fascinado por las experiencias que me procuraban las fases profundas de relajación, como la autoscopia (poder separarme hacia arriba de mi cuerpo y verme desde ese enfoque), o el sentir que me desplazaba a un rincón del techo, y verme desde allá, o sentir que el cuerpo era energía fluyendo sin cesar, o experimentar que mi cabeza se unía a los pies y se ausentaba el tronco. A veces, estos síntomas de la relajación profunda y la no menos profunda absorción mental me producían un lógico temor, pues era el encuentro con una sensación desconocida con mi cuerpo y con el cuerpo energético, y la mente extasiada en su fuente. Cuando a veces quería salir de la relajación y al pronto no podía, me llevaba un susto no pequeño y el corazón empezaba a latirme con gran celeridad. Fue una fase de mi vida plena de experimentos de todo tipo, como los de la superación del dolor físico, o la imitación de danzas chamánicas inspiradas en el chamanismo siberiano o caucásico. También estaba interesado por la fisiognomía y otras artes o ciencias que estaban de moda en tales momentos. La Nueva Era es un invento de ahora, un espurio invento más, pues esa era,

que de nueva nunca ha tenido nada, viene desde los tiempos inmemoriales, pero nunca, desde luego, ha sido capaz de reunir tal cantidad de espíritus extraviados o corruptos o egomaniacos o visionarios como hoy día. Estos últimos coletazos del Kali-yuga, que sin embargo pueden durar miles de años, se encargan de falsearlo todo, incluidas las más genuinas tradiciones de sabiduría, cuyo peor error ha sido su paso por Estados Unidos, donde han sido desvirtuadas y utilizadas por unos cuantos para explotar a muchos incautos. Coincidió con mi buen amigo Víctor Martínez Flores, notable maestro de yoga, investigador de místicas orientales y escritor, en que lo peor que pudo pasarle al yoga, por ejemplo, es dejarse caer por Estados Unidos, pero igualmente al zen, el tantrismo, el budismo y a otros sistemas soteriológicos. Y cada día parecer ser peor, y son muchos los que quieren sacar tajada de las necesidades espirituales o pseudoespirituales del occidental, sobre todo en Estados Unidos, surgiendo muy mediocres obras sobre el tema, que se atribuyen a autores que con su sofisticado *marketing* han ganado celebridad, pero que en realidad son personas que vierten en esas páginas precisamente su propia mediocridad. Y no digamos nada de aquellos hindúes que desde hace décadas o desde hace unos años se han radicado en Estados Unidos dispuestos a rentabilizar sus difusos conocimientos de sabiduría oriental, tan deficientes como adulterados y distorsionadamente expuestos. Debo asegurar que en mi juventud había pocos libros sobre la sabiduría oriental, pero muy buenos; ahora hay muchos, pero muy malos. Permítaseme hacer un paréntesis para recomendar a autores como Maspero, Roger Gödel, Zimmer, Arthur Avalon, Evans Wentz, Hubert Benoit, Suzuki, Granet y Mircea Eliade.

Y como quería tocar todos los palos en cierta medida, menos los estudios obligatorios, también llegué a la astrología, convirtiéndome en discípulo de la que estaba considerada como la mejor astróloga española, María Dolores de Pablos. Durante meses me reuní alrededor de su camilla y su correspondiente brasero, para ir aprendiendo y tratando de encontrar algún sentido a las influencias astrales sobre el destino del individuo. María Dolores, que era un encanto, e incluso nos daba de merendar, cierto día, ufana y pletórica, aseguró que en una fecha determinada iba a morir Franco, y que estaba tan claro en su carta astral que si se equivocaba dejaría la astrología. Pues la buena mujer se equivocó, ¡qué le vamos a hacer! Pero no me quedé sin maestra, porque siguió dando clases, para un tiempo después volver a poner fecha al fallecimiento del dictador y volver a fallar. Tampoco colgó los “hábitos”; debió de pensar que los datos que le habían

pasado del dictador no eran los correctos. Seguí sintiendo gran simpatía por María Dolores y supe por amigos comunes que, una vez que tuvo que ser operada de gravedad, retrasó la operación porque astrológicamente consideró ese día nefasto para la intervención y con cierto riesgo de no salir de ella. Sé que murió tiempo después y lo sentí de veras.

Siempre que tenía oportunidad, asistía a conferencias y tertulias que se celebraban en el Café Lyon; ciclo que se llamó “La ballena alegre”. Tuve allí ocasión de escuchar más a fondo sobre la doctrina del zen. Se me grabó en la memoria, hasta nuestros días, y eso que debía de tener poco más de dieciséis años, el relato que nos cuenta la historia de un hombre que va caminando por el campo y de repente descubre que un león lo persigue. Se pone a correr y tiene que empezar a escalar un muro que se levanta ante él. Cuando está próximo a llegar a la parte alta del muro, ve que allí hay otro león esperándolo. ¿Qué hacer en una situación así? Descubre que de la roca sale una ramita en la que hay una apetitosa fresa silvestre. Sin preocuparse de los leones, el pasado y el futuro, coge esa fresa silvestre, se la mete en la boca y la saborea con gran deleite. He aquí una constante de la sabiduría oriental (miles de años antes de que la gente crea que la insistencia en el aquí y ahora es cosa de Tolle o inventada por él): vivir la realidad inmediata, darle peso específico a lo que es en el momento, conectar con lo instantáneo. Siempre el zen ha puesto el énfasis en centrarse en el esto-aquí-ahora, sin dejarse atrapar por las cadenas del pasado ni las inciertas expectativas de futuro. Así, cuando se le preguntó a un maestro zen «¿Usted qué espera?», él repuso: «Lo que es». En una ocasión Buda dijo: «Conecta», y también nos dejó su célebre instrucción: «Ven y mira». No ven y recuerda, imagina, juzga, teme o desea, que perturba la visión de lo que es y la condiciona, sino «ven y mira». Ese es el principio medular también de la meditación *vipassana*. Mira. Sin aprobar ni desaprobar, sin reaccionar.

A partir de entonces comencé a interesarme muy vivamente por esta singular y contradictoria doctrina, saturada de acertijos y paradojas, que invita a saltar más allá de la cárcel de la lógica ordinaria, los pares de opuestos y la tendencia a rotularlo y etiquetarlo todo, con lo cual se diseca o asesina la vida. Los primeros libros que yo leería de zen fueron los de Suzuki y Christmas Humphreys (al que entrevistaría años después en Londres y cuya entrevista aparece en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas*). Habría de contagiar con mi entusiasmo a mi hermano pequeño, Pedro Luis, que también leía los libros que yo iba acabando. Un libro de un autor cuyo nombre no

recuerdo terminaba diciendo: «Y si todavía no ha entendido, lea la página siguiente», era la última del libro, que había dejado en blanco. Para la cartesiana mentalidad occidental, el zen era como una bomba de relojería presta a dinamitar la racionalidad. A la lógica ordinaria se oponía la que llamó Fromm la “lógica paradójica”; a la omnipotencia del pensamiento, la de la intuición; a la de la mente que mide y juzga, la de una mente de orden superior más allá de los pares de opuestos.

Tuve mi propio mentor de zen. No era chino, no era japonés, no era oriental; era un español llamado Augusto Sánchez de León, médico naturista, pionero en España en los estudios de zen, meditador impenitente según esta doctrina, quien durante veinticinco años ha seguido fielmente como oyente, y a veces interviniendo con su sabiduría, el programa de radio la *Tertulia humanista* que mi hermano Miguel Ángel y yo hemos venido ejecutando a lo largo de un cuarto de siglo en muy diversas cadenas de radio y que ha sido el único en su género.

Augusto no se andaba con chiquitas y llevaba tan a rajatabla aquello de que el aspirante no debe hacer preguntas irrelevantes o improcedentes que, harto de algunas de las mías, utilizó el método abrupto y zen de, en lugar de contestar, lanzarme un cenicero a la cabeza, que afortunadamente no dio en la diana. Desde ese día fui un poco más recatado con mis preguntas y me limitaba a “triturar” mentalmente el *koan* que me daba o a escuchar sin tanto rechistar sus palabras. En cambio, sí podía preguntarle sobre naturismo, y presto me indicaba qué comer y cómo hacerlo, pero a lo que hábil y contundente no se prestaba es al juego enredador de la lógica, por mucho que yo ladinamente le tendiera las redes. Así, yo escuchaba paradojas zen como: «Cabalgo a lomos de un buey y, sin embargo, voy a pie», o «La pala está en mis manos y, sin embargo, mis manos están vacías». Cuando yo me perdía en ideaciones, me contaba la historia zen de cuando un discípulo va a ver a su maestro y le pregunta: «¿Hago bien en no tener ideas?», y el mentor responde: «Allá tú si quieres seguir con esa idea de las no ideas». O la del discípulo que llega al maestro y le pregunta: «¿Qué dirías si viniera a verte con las manos vacías?», y el mentor contesta: «Llévatelo». Augusto conocía infinidad de *koans* o *mondos*, y sabía utilizarlos de manera precisa. Pasó de ser maestro a un buen amigo, pero yo siempre he seguido considerándolo mi mentor de zen. Todavía recuerdo casi palabra por palabra cuando se ponía a hablar de los engramas cerebrales, de cómo cambiar las reacciones fosilizadas del cerebro, de la mente nueva, y de la percepción zen que va más allá de las dualidades y es pura sabiduría transformativa.

Combinaba mi pasión por el zen con la aún mayor que sentía por el yoga, que se convertiría en el *leitmotiv* y columna vertebral de toda mi vida. ¿Qué habría sido de mí sin el yoga? Con los libros que iba acopiando (obras de Ramacharaka –seudónimo de William Atkinson–, Vivekananda, Brahmananda e incluso Sivananda, que siempre me pareció difuso y muy flojo en sus exposiciones, aun siendo médico, y cuyas obras no me han despertado nunca el menor interés, aunque las he leído todas por si encontraba alguna más inspiradora) y con algunas directrices de Rafael, iba avanzando en la práctica de las técnicas yóguicas y ejecutando algunos ejercicios simples (que no fáciles) de concentración, como la mirada en la llama de una vela, la fijación de la mente en el entrecejo o la noche mental, que consiste en oscurecer todo el campo visual interno. Me convertí en un disciplinado autodidacta con respecto a la práctica del verdadero *hatha-yoga*, tan distante, por fortuna, de los yogas que rinden culto al cuerpo y que se complacen en ser atléticos y, por tanto, antiyóguicos. Comencé a practicar las respiraciones básicas antes de pasar a los *pranayamas*, a deleitarme con el *sirsasana* o postura sobre la cabeza, y desesperarme con la falta de flexibilidad de mis piernas, aunque llegué a hacer el loto (lo que es de verdad innecesario). Empecé a estirarme como un gato con la postura de la pinza y a jugar a ser un anfibio con la postura de la cobra. Por mi propia experiencia fui comprendiendo la grandeza del verdadero y clásico *hatha-yoga*, donde nada ha sido librado al azar, y donde todos sus métodos han sido verificados. El *hatha-yoga*, como todas las ramas del yoga, es básicamente experiencial. Se revaloriza el cuerpo a fin de utilizarlo como palanca para ensanchar la consciencia y frenar el pensamiento automático. Es tan asombrosamente saludable que, como dice con su buen sentido del humor mi amigo Ignacio Fagalde, «es tan bueno que han debido traerlo los extraterrestres». Me iba percatando de que hay un gran secreto en ir alargando el tiempo de las posturas mantenidas estáticamente, porque así uno puede irse interiorizando al máximo y trabajar conscientemente en el laboratorio viviente del cuerpo.

En mi afán por sondear en toda clase de métodos que pudieran llevarme más allá de la limitada comprensión ordinaria y reportarme vivencias y conocimientos más profundos, se despertó en mí un gran interés por el magnetismo y por la hipnosis. Con entusiasmo leí y releí la vida de Mesmer narrada por Stefan Zweig, y comencé a adquirir libros en francés sobre el tema. Así empecé a ensayar métodos magnéticos y a servirme de mi hermano Miguel Ángel, de mi madre y de sus amigas como conejillos de Indias. Obtenía

resultados muy esperanzadores, pues al menos lograba relajar en profundidad a todo el que era magnetizado e inducirlo al sueño magnético. Había pases de lo más diverso, que permitían canalizar la propia energía hacia el sujeto de experimentación. Según Mesmer, la energía llamada “magnetismo” no solo provoca el sueño magnético, sino que tiene capacidades terapéuticas. Como vemos, pocas cosas nuevas hay bajo el cielo en asuntos esotéricos o espirituales, y ya Mesmer en el siglo XVIII se hizo sumamente célebre practicando su *reiki* particular y consiguiendo que su consulta se pusiera de moda y a ella asistiera toda clase de personas, sin faltar la clase aristocrática, que al menos así lograba superar su endógeno tedio.

Investigando sobre el magnetismo llegué a la hipnosis. Fui sin duda mucho mejor hipnotista que Freud, al que tan mal se le dio hipnotizar, y que gracias a ello derivó sus investigaciones y creó el Psicoanálisis. Devoraba libros sobre hipnosis y no dejaba de practicar con todo aquel osado que se prestase a probar la experiencia. Una vez más, sin piedad utilicé a mi hermano Miguel Ángel para todo tipo de pruebas hipnóticas, como colocarlo entre dos sillas (la cabeza en una y las pies en otra, y todo el cuerpo como una barra de hierro en el aire), atravesarlo con agujas o someterlo a experiencias de regresión. Años después, con la ayuda de mi buen amigo y psiquiatra Edgar Naranjo, seguiría investigando sobre hipnosis y sería yo el utilizado como sujeto. Haría un curso con Fassman, hipnotizador de teatro, pero con espectaculares capacidades para manejarse con grandes grupos de personas y con grandes conocimientos de la técnica de la hipnosis. Era un hombre que sobrecogía, muy serio, con una mirada profunda como pocas pueden verse a lo largo de la vida, y con, al menos aparentemente, un control inquebrantable de sí mismo. Lo conocí bien, e incluso acudió a pedir consejo a la empresa inmobiliaria de mi padre, y tras el encuentro de ambos, él me dijo asombrado: «No he visto unos ojos así en mi vida». Tras ese curso, habría de apuntarme a otro, de carácter más científico pero menos interesante, con un odontólogo llamado De la Macorra, donde conocí a otros odontólogos que se servían de la hipnosis en la extracción de dientes y muelas, sin utilizar anestesia. Justo por aquella época se puso de moda (unos años, y se desvaneció como vino) la sofrología, “inventada” por el psiquiatra Alfonso Caicedo, que estuvo dos años en la India investigando con yoguis muy diversos.

Aunque la sofrología nació con muchas pretensiones, al final, y es de lamentar, se quedó en poco más que un método de relajación de yoga, ignorando, los sucesivos llamados sofrólogos, la investigación de los estados superiores de consciencia que tanto

parecían interesar a la sofrología inicial. Siguiendo con la hipnosis y con los no pocos trucos que utilizaban los hipnotizadores de salón o teatro como Fassman (que disponían de cómplices pagados entre el público), fue poco a poco dejándose de lado el hipnotismo para ser suplido por la hipnosis clínica. Pero de cara al público, se manejaban mucho mejor y tenían mucho más poder de sugestión los hipnotizadores de teatro, con su atrezo bien estudiado y su carisma. Y no cabe duda de que en cuanto a carisma y destreza, nadie superaba en esa época en el mundo hispano a Fassman, como nadie superó en su entorno al gran Houdini, que era experto, por cierto, en desenmascarar aun a los más hábiles médiums de la época. Fassman –del que todavía por añoranza creo que guardo el diploma que me concedió– era un excepcional mentalista cuando trabajaba en el teatro con los ojos cerrados. Como profesor de hipnotismo, era notable y nos enseñaba métodos de concentración para tener una mirada más penetrativa e imponente, por tanto más sugestiva. Era de película cuando salía vestido de negro al escenario, con su pelo engominado, su desenvoltura sobre las tablas, su gran control de la situación y esos ojos que a nadie dejaban indiferente. Yo le acribillaba a preguntas con motivo de las clases, que recibí en su apartamento en el puro centro de Madrid. Cuando me extralimitaba en mi exceso de preguntas, me miraba con esos ojos intimidantes y me invitaba así a que sellase mis labios. Años después escribí mi libro, ahora reeditado, *Introducción a la técnica de la hipnosis*.

Resulta que entre los compañeros que recibían clases con Fassman, había uno, unos cuantos años mayor que yo, con el que pronto conecté. El lenguaje de las energías y los afectos es misterioso, pero ineludible. Se llamaba Edgar Naranjo, era médico y había ejercido la medicina rural en su país, Venezuela, y había venido a Madrid a graduarse como psiquiatra. Enseguida capté en él una sensibilidad especial y nada común para la búsqueda interior y el desarrollo de la consciencia. Me pegué a él tratando de seducirlo humanamente. No me quería perder esa oportunidad, como no me la perdí antes con Rafael Masciarelli, ni me la perdería posteriormente con Rafael Campany. Las personas que pueden marcar un hito en nuestra vida, y más en nuestra vida interior, no se pueden dejar escapar, porque, ya sea por casualidad, o por destino, o por sincronicidad, han llegado a nuestras vidas por alguna razón de peso. Edgar Naranjo no solo era un riguroso médico, sino un profundo investigador del alma humana, una persona evolucionada y noble, que conocía de primera mano también las vueltas y revueltas, las vicisitudes de la senda hacia *moksha*. Empecé poco a poco, con paciente insistencia, a colarme en su vida,

hasta que llegamos a ser amigos del alma. Me fui ganando su confianza. Mucho más tarde sabría que era grado treinta y tres de la masonería, empedernido buscador de la Otra Realidad y poseedor de grandes conocimientos.

Mi interés metafísico se extendía, por supuesto, hasta los gnósticos, cátaros, templarios y otras muchas herejías. ¡Vaya historial el de la Iglesia católica sembrando muerte y desolación por doquier! Como han sido tantos sus errores y pecados, han utilizado el viejo truco manipulador de culpabilizar a los demás y alentarles *ad infinitum* su sentimiento de culpa, bien aderezado con el de miedos paranoides. Todo lo que no encajaba con sus dogmas o no convenía a sus intereses lo tildaban de secta, cuando ellos se habían convertido en la secta más copiosa del orbe. Siempre me sentí identificado con las enseñanzas básicas o principios de los gnósticos cristianos, que, en la frontera entre Occidente y Oriente, tomaron inspiración de unas y otras tradiciones. Reaccionaron con brío contra el asfixiante dogmatismo y vacío ritualismo del cristianismo oficial; se lamentaban de los abusos y el desmedido poder de la Iglesia; tomaban la resurrección de Jesús como simbólica; afirmaban la deidad como a la par femenina y masculina (andrógina, como el Ardhanarishvara de los hindúes); buscaban el conocimiento supremo e iniciático y, por tanto, verdaderamente transformativo e iluminador, la Gnosis; invitaban a fecundar el hijo del espíritu y no tener hijos de la carne; detestaban el autoritarismo de la Iglesia; se negaban a la institución matrimonial (que bien pensado es aberrante, aunque por conveniencia muchos pasemos por ella); y con sus concepciones metafísicas se aproximaban mucho más a la filosofía oriental que a la occidental. Conocí a algunas personas que se consideraban encuadradas en el nuevo neognosticismo y que me hablaban sobre cómo el alma procedía de Dios y misteriosamente se asociaba a la materia, y luego tenía que purificarse a través de las reencarnaciones para volver al Origen. Algunos me hablaban con tanta familiaridad de Simón el Mago o de Basilides como si cenaran con ellos noche tras noche. Pero aún era mayor, mucho mayor, mi interés por los hesicastas, esos monjes quietistas a los que se les llegó a llamar (no sé si despectivamente) “almas ombligo” y que utilizaban tanto técnicas de *hatha-yoga* como de *raja-yoga* para conquistar el éxtasis místico y mirar al otro lado de lo puramente fenoménico.

También me interesé vivamente durante esos años (de los dieciséis a los diecinueve), por la cábala, la numerología y la alquimia. Por supuesto, no me interesaba por la alquimia externa, empeñada en transformar metales de baja calidad en metales preciosos,

sino por la alquimia interior, en la que verdaderamente habían trabajado los iniciados de la India, para poder transformar las emociones de baja calidad y la ignorancia en emociones bellas y en lucidez o sabiduría. En tal caso, la piedra filosofal era la luz del ser, y el elixir de vida, el establecimiento en la Conciencia. Los yoguis, iniciados y adeptos, apartándose de la rígida y fosilizada ortodoxia brahmánica, cambiaron el rito por la contemplación, y el sacrificio externo por el interno: la meditación y el debilitamiento del ego. Mi interés se extendió a la quirología, las runas, el *I Ching*..., y a todas aquellas disciplinas que me permitiesen atisbar o escudriñar en el universo invisible. Desde luego era incrédulo y descreído, escéptico y ecléctico, y nunca llegué a creerme en lo más mínimo la fábula de los maestros ascendidos, los *mahatmas* que nos guían desde el astral, o esos seres sobrenaturales que nos inspiran, como el caso del supuesto maestro astral «el Tibetano» a la visionaria Alice Bailey, cuyos libros, si se toman como estímulos inspiradores, no están exentos de interés. Durante años estuve apuntado a la Escuela Arcana, recibiendo sus lecciones, más visionarias que otra cosa. En ese período de tiempo leí muchas biografías de yoguis, personas santas y eremitas. No pude dejar de leer y releer las biografías de Romain Rolland sobre Ramakrishna y Vivekananda. Décadas después, en el *ashram* de Gandhi, en las afueras de Ahmadabad, ahora museo, pude ver un buen número de emotivas cartas de Romain Rolland a Gandhi. Como inveterado romántico de la India y de sus personajes que era, al final Rolland (premio Nobel de Literatura) acabó muy decepcionado y frustrado en muchas de sus expectativas, incluso probablemente en su trato con Gandhi.

Finalmente, fui dejando de lado mis pesquisas esotéricas para poner todo mi tiempo, energía y entusiasmo en la investigación de la sabiduría oriental y la práctica de los métodos de autorrealización. Diariamente, practicaba yoga, meditación *raja-yoga* y meditación zen. Empecé a escribir a innumerables sociedades espirituales e institutos de orientalismo y yoga de todo el mundo y a recabar una ingente información. Me hice socio de algunas de ellas y me empeñé en la consecución de un gran número de obras. En un período de profunda crisis espiritual, saciado de tanto desvelo y tanta búsqueda, ahído de tanto interrogante existencial y metafísico, atormentado por tanta pesquisa, y en un intento por apagar el sentimiento de superación personal y autorrealización y tornarme una persona mucho más lineal, me deshice de parte de mi biblioteca (lo que lamenté mucho posteriormente) y me desconecté durante algún tiempo de la senda hacia dentro. Después fui rehaciendo, hasta donde me fue posible, la biblioteca, si bien

algunos libros nunca los pude encontrar. Fui comprendiendo y aceptando que en el viaje interior hay no pocos retrocesos, pero que, si uno es consistente e insiste, son aparentes y luego se progresa con mayor celeridad. Pero lo importante es asumir que el proceso ya es la meta y que el objetivo está dentro de uno mismo. Dado que yo era como tantos a esa edad un empedernido romántico de la búsqueda y me sentía sumamente inspirado por el arquetipo del hombre iluminado, aprovechaba para entreabrir cualquier puerta que creyera que podía hacerme más despierto, y de ahí que también pasara por el estudio del tarot y visitara a curanderos. Uno de ellos, el muy insensato y desaprensivo, me dio a tomar prednisona, que es sumamente destructiva, pero entona el ánimo; de hecho, lo entona tanto que yo estaba todo el día en un continuo “subidón”. Tal curandero y matasanos era tan célebre que para poder acceder a él había que esperar una larga cola a lo largo de toda la noche hasta poder ser recibido al amanecer. Luego me enteré de que este curandero recetaba a todos unas hierbas, que él mismo daba, y prednisona. ¡A saber a cuántos ha desgraciado la salud! Otro curandero, en cambio, al que acudí por curiosidad era muy hábil en la colocación de huesos y la sanación de esguinces. Fui a otro que te ponía las manos en los *chakras*, que él llamaba discos, y, como si entrara en trance, resoplaba como si la vida le fuera en ello; y también a otro que te untaba las partes enfermas con su saliva, que se suponía estaba cargada de “energía”.

Como había invertido no poco tiempo leyendo a los esoteristas y metapsiquistas, y yendo de unos a otros eventos de carácter ocultista, cuando dejé de lado todo ello a fin de centrarme en la filosofía oriental, contaba con mucho más tiempo para dedicarme a la práctica o *sadhana*. Si el paso por las revueltas aguas del esoterismo me reportó algo más que una simple cultura esotérica y motivación en cuanto a querer hallar una rendija hacia el universo paralelo, no lo sé, pero supongo que es necesario muchas veces recorrer un largo sendero, o muchos, hasta llegar al sendero que uno buscaba. Todo ello me reportó algún tipo de inspiración y fui probando y descartando, hasta llegar a donde tenía que llegar y así comprender mucho mejor lo que dijo Buda de no creerse nada porque lo digan las escrituras, las tradiciones, las costumbres, los maestros o la moral convencional, sino experimentar y quedarse con lo que a uno le es de provecho, para descartar lo que no lo es. En esa búsqueda del universo invisible, todo eran suposiciones, hipótesis, creencias, visiones y delirios; en el *sadhana*, todo es práctica, verificación, experiencia y autorrealización. Lo que sí creo que es muy conveniente es poner al descubierto los riesgos de un pensamiento excesivamente mágico, porque deja de ser

divertido, creativo o incluso inspirador, para poder ser un caldo de cultivo de neurosis y paranoias, donde la persona deja de poner los pies en la tierra y se extravía por regiones más de sombras que de luces. También hay que estar muy alerta para desgranar en todo ese ambiente enrarecido a las personas de buena fe y a las muchas más que son impostoras, embaucadoras o simples alienadas. Y aprender a distinguir, como he señalado, entre los esoteristas de altura y los simples “bisuteristas”, entre los estudiosos rigurosos de las tradiciones iniciáticas y los falsarios o mentecatos. Yo mismo acuñé el término “bisuterismo” en un programa de televisión sobre las ciencias esotéricas, para distinguir el ocultismo, barato y mántico, del genuino esoterismo. Bisuteristas hay muchos, esoteristas verdaderos, pocos. Ya Buda prevenía contra los monjes que se dedicaban a la adivinación. En el campo del esoterismo más serio, al igual que los metapsiquistas, fueron los franceses los que se llevaron la palma.

Por aquellos días, me crucé alguna vez con Servando del Pilar, interesado en temáticas espirituales, y con el que posteriormente el trato sería más cercano. ¡Cuán sana envidia me despertaba el que él, de niño, hubiera sido llevado por sus padres al *ashram* de Ramana Maharshi, y que el sabio le hubiera dirigido algunas palabras y sus reveladoras e insuperablemente sosegadoras miradas! Me divertía escuchando a Servando cuando me decía: «¡Qué calma hay que tener con el karma!». Conocer personas que, como yo, no cesaban de buscar, aunque esa búsqueda a veces fuera infructuosa o caótica, me daba alientos para proseguir en esa larga marcha hacia la meta que me inspiraba: *moksha*, y a la que unos llamaban *mukti*, otros *nirvikalpa-samadhi* o *satori*, y otros nirvana o iluminación, o sea, y en suma, un estado de paz infinita y libertad plena.

Paulatinamente iba convirtiendo el *sadhana* en mi apoyo y en mi centro. No sé qué hubiera sido de mí sin el yoga y la meditación (y cierto apoyo del psicoanálisis), puesto que no voy a decir que yo fuera en absoluto un *borderline*, pero mi salud psíquica era tan inestable como la emocional, y encontré en la práctica yóguica un sostén extraordinario para ir poco a poco gravitando sobre mi inestable centro y poder ir superando o reorientando o canalizando mis energías e instrumentalizando la angustia como palanca o punto de apoyo. Ya antes de sumar una veintena de años, sobre lo que sí había reflexionado e intuido era que lo más importante para mí era el conocimiento interior y que el mejor *sadhana* era el que conducía a ver con claridad. Encontré en mis lecturas un término que desde el primer momento me fue muy familiar: *sat*. Es aquello que siempre está. Es el ser en la fuente de la mente y más allá del pensamiento ordinario. Es la

energía cósmica iluminando el propio corazón. En mis ejercicios tenía la percepción de estar contraído en un cuerpo-mente y que era necesario ir más allá y conectar con una esencia no individual, sino transpersonal. A través de la meditación comencé a practicar el establecimiento en la consciencia-inafectada o el testigo-imperturbado. Tanto me esforzaba en ello que muchas noches “algo” seguía observando en mí y no lograba conciliar el sueño.

Que nadie crea que yo era ni mucho menos un santurrón o que había optado por el camino de la renuncia. Es cierto que a lo largo de mi vida he respetado, para fortalecerme interiormente, períodos de austeridad, intensificando el *sadhana*, pero también he pasado por etapas en las que, aunque sin perder la consciencia, que tanto he valorado desde niño, he entrado en el resbaladizo terreno de lo que denominara Rimbaud “el largo desenfreno de los sentidos”, pero siempre he sabido recoger el sedal cuando se desplegaba en exceso y recuperar mi centro. He tenido ahí como un “guardián” interior que ha velado por mí, pues dados mis altibajos psíquicos y mi angustia existencial, podría haberme “descarriado” más de lo conveniente y haber tomado caminos sin retorno. En aquellas remotas noches, que a menudo me daban hasta la madrugada con cafés o paseos, seguía preguntándome si alguna vez podría saborear el néctar dulce de esa dicha del alma que los hindúes llaman *vilasa vivarta*,[†] y poder liberarme así, aunque fuera por unas horas, siquiera unos minutos o segundos, de esa soledad del ser, cuya voz no dejaba de reclamarme sin que yo terminara de entender cuál era su propósito o incluso si tenía algún sentido o significado. De madrugada, a veces era tal el desconsuelo o la sensación de vaciedad que me ponía a meditar y me refugiaba en mi propio corazón, sin que tuviera yo entonces la menor idea de que los *bauls* aseguran que el “hombre despierto” se encuentra en el “corazón espiritual” que está al lado del fisiológico. A veces sentía ese centro de consciencia-quieta y reveladora que parecía ayudarme a superar por unos instantes esa “soledad del ser” y me daba fuerzas para seguir por la ruta del autoconocimiento. En una conversación con Rafael, le puse al corriente de todo aquello en lo que estaba incesantemente indagando, buscando pistas hacia lo Otro. Concluimos, en una gélida madrugada, en lo necesario que era aprovechar todo lo que ayudase a esclarecer la consciencia y descartar lo demás. Seguí así, día tras día, buscando lo Inmutable en la cueva del corazón. Era como si durante unos momentos pudiera desligarme de mis ataduras psicosomáticas y conectar con una vibración ultrasutil que era pura consciencia de ser y más allá de ser. Luego volvía la dura realidad

de tener que acometer unos estudios absurdos, y entonces se depauperaba mi ánimo, y entonces me tomaban mis fuerzas ciegas, y la confusión a veces me invadía de tal modo que no podía hacer otra cosa que refugiarme en mis amigos los libros, esos compañeros que nos confortan e inspiran, amigos que siempre están a nuestro alcance, entre los cuales están aquellos que cuanto más lees más diamantes de sabiduría te obsequian. ¡Cuántas veces no habré leído *Dhammapada* o *Viveka Chudamani*! Como la perla se esconde en la ostra, la sabiduría palpita en lo profundo del alma.

3. Iniciación

Por un lado, el zen; por otro lado, el yoga. Por un lado, el entrenamiento autógeno; por otro lado, el psicoanálisis. Por un lado, el recogimiento; por otro lado, la dispersión. Por un lado, Ramakrishna; por otro lado, Freud. Por un lado, destellos de plenitud; por otro lado, sentimientos de soledad cósmica, angustia y desconcierto. El caso es que empezaban unos años de formación interior, conocimiento psíquico, búsqueda incesante de lo Otro, mucho romanticismo en el viaje hacia los adentros, y no poca angustia existencial e insatisfacción. Venían años que no serían fáciles, pero en los que yo iría descubriendo esa multitud de yoes que hay en todos nosotros. La larga marcha hacia la realización de mí mismo había comenzado hacía años; años llevaba hollando la senda interior, pero cada vez parecía volverse más larga y sinuosa. Los estudios iban de mal en peor, pero siempre pasaba de curso. La “hecatombe” llegaría al ingresar en la Facultad de Derecho, toda vez que habría un estancamiento total en los estudios y malograría parte de mi tiempo sumamente aburrido ante los libros de Derecho natural, Derecho civil, Derecho romano. Pero eso sería tiempo después, pues todavía estaba dando coletazos con el bachiller y el preuniversitario. Todo estaba aparentemente diseñado para que yo me dedicase a dos actividades en mi vida: ejercer como abogado, y trabajar en la empresa familiar. Mi padre era el auténtico hombre hecho a sí mismo. Recibí mi nombre del suyo. Antes de la guerra, él, su padre y su hermano Nemesio partieron del pueblo Gumiel de Izán, urgidos por el hambre, hacia el sur de Francia, donde, como emigrantes, estuvieron años. Mi abuelo Eleuterio y Nemesio recolectaban, y mi padre iba y venía trayendo frutas con un camión. A la vuelta a España, al pueblo al que jamás debieron volver, se les tildó de afrancesados e izquierdistas, y fusilaron a mi abuelo y a mi tío, en tanto mi padre huía a Madrid en un tren de mercancías. Vendió latas en conserva por la calle y aprendió a leer y a escribir por sí mismo mediante una gramática de castellano que en todo momento lo acompañaba. Prosperó. Siempre creyó en el motor imparable de la fuerza de voluntad. Por eso tenía un buen número de libros de superación personal.

Era un gigante de voluntad. Para él, el trabajo era un deporte que practicaba quince horas al día. Formó una empresa, y todo estaba en apariencia concebido para que yo tuviera dos profesiones: abogacía, y ser parte activa de su empresa. Mi madre me llevó a una vidente muy afamada que llegó de Alemania y se llamaba Leyla. Primero fue ella, y cuando la vidente le dijo que su hijo mayor sería reconocido por sus actividades, me llevó a mí. Era judía, obesa y de ojos hermosos, me cogió las manos, me fue tocando uno a uno los nudillos de los dedos, me dijo que tendría dos profesiones. Yo pensé que iba por buen camino, pues creí que se refería a las que ya he mencionado; pero dijo: una consiste en publicar mucho, otra en ayudar emocional y espiritualmente a la gente. Me fui de su habitación (se alojaba en un hotel de la Gran Vía) pensando que no era capaz ni de ver la punta de su nariz. Pero, por azar o no, acertó.

Intensifiqué la práctica del yoga. Poco a poco, mis piernas anquilosadas iban cediendo y mi rígida columna vertebral iba ganando en elasticidad. Me entrenaba con entusiasmo, pero dadas las dificultades de mi cuerpo a veces no podía por menos que desanimarme. Encontraba energía en las posturas de inversión, a las que siempre he sido un poco adicto, e iba aumentando los tiempos de mantenimiento en cada *asana*, lo que me permitía obtener una percepción más profunda y reveladora de mi cuerpo. Cuando estas técnicas se aplican correctamente, hay un despertar del cuerpo y sus energías. Además, iba convirtiendo la realización de las *asanas* en una especie de meditación a través del cuerpo, pues trataba de vivirlas desde el ser, como un espectador muy atento de todo el proceso en el laboratorio viviente del cuerpo.

Comencé a leer con más rigor y a cambiar impresiones al respecto con Rafael y otros aspirantes espirituales. Tenía la sensación cierta de que el Ser se contraía en cada uno de nosotros, pero que cuando lográbamos la detención consciente del cuerpo y de la mente, el Ser se manifestaba con mayor luminosidad. Desde ese ser, me percataba intuitivamente de ello, la visión era muy diferente y sentía que el Ser es el mismo en todos, aunque la cápsula cuerpo-mente sea tan diferente. Pronto fui consciente de los grandes obstáculos para el crecimiento interior que evidencia el yoga: la ignorancia básica de la mente, el apego, la aversión, el egocentrismo y el afán por la existencia del ego. Entendí que en todo ser humano, empero, hay un poder innato que podemos aplicar para ir superando esos obstáculos. Mediante los ejercicios de ensimismamiento, cuando el pensamiento era en parte suspendido, notaba como si pudiera desligarme del cuerpo y de la mente, y por tanto de todas mis cuitas, y conectar con otra dimensión de

consciencia. Eran esporádicas visitas al otro lado de la mente, donde no había pasado ni futuro, ni esto ni aquello, ni siquiera ser o no ser. En ese estado de detención consciente, me olvidaba de mí, o sea del ego, y desaparecía la soledad del ser. Pero una vez salía de ese estado, para mi desesperación volvían a despertarse los impulsos ciegos y mecánicos, las incertidumbres y la compulsión.

Fui abriendo mis investigaciones a las más distintas modalidades de yoga, siendo cuatro las que básicamente me interesaban: el *hatha-yoga* o yoga psicofísico, el *raja-yoga* o yoga del dominio de la mente, el *jñana-yoga* o yoga del entendimiento profundo y correcto, y el *karma-yoga* o yoga de la acción consciente y desinteresada.

Con asiduidad practicaba el *savasana* o relajación, y probé a profundizar tanto en el grado inferior como en el superior del entrenamiento autógeno de Schultz. Pero la aventura de la psiquis estaba por llegar, el sendero del análisis de las causas estaba por venir. Y vino. Un médico amigo de la familia, discípulo directo de Marañón, me aconsejó (sabiendo de mi angustia, por un lado, y de mis anhelos por descubrirme, por otro) que visitara a un compañero suyo, también discípulo directo de don Gregorio, que era psicoanalista. Se trataba de Lorenzo Frutos Carabias.

Era tanto mi interés por los descubrimientos psicológicos y la psicología de las profundidades que a menudo iba a la biblioteca del Instituto Psicotécnico para leer todo libro que me anunciase algo interesante en cuanto al alambicado mundo de la vida anímica de la persona. Había comenzado entonces a asistir (o medio asistir) a la Facultad de Derecho. Excepto los bocadillos de tortilla de patata y el café con leche, allí no encontraba nada satisfactorio.

Resulta que cerca del Instituto Psicotécnico, cuya biblioteca hacía mis delicias, vivía Lorenzo Frutos Carabias y Edgar Naranjo. Tanto Edgar como yo nos hicimos sus pacientes. Habíamos dado comienzo a una senda en la que uno sabía del principio, pero ni siquiera podía sospechar el final. Yo me pregunto si alguna vez un psicoanalista ha dado de alta a alguien, o es siempre el paciente el que toma la decisión de superar la transferencia y soltar de una vez, convirtiéndose en última instancia el psicoanalista, al igual que el maestro espiritual, en un obstáculo que hay que salvar. Hay que desengancharse de él, cuando llega el momento, aunque sea más doloroso que dar la espalda a una mujer que te roba el alma (o a un hombre, si es el caso).

O sea, que de repente me había convertido por una u otra razón en un visitante asiduo del Barrio de Argüelles: unas veces para asistir a la sesión de psicoanálisis, otras para

pasar horas en la biblioteca del Instituto Psicotécnico, y otras muchas para ir a cenar a casa de Edgar, que estaba casado y tenía tres hijos. Años de incesante aprendizaje en muchos campos, incluso en el de la pareja (nunca he sido modélico en tal sentido) con mi novia Nelly, que me cautivaba por los más diversos motivos, incluidos sus abismales ojos oscuros y expresivos y sus labios de fresa silvestre, así como su amor por la lectura y su sensibilidad exquisita. Era venezolana, y como trabajaba en una librería muy visitada, me conseguía libros de mi interés. Hubiera hecho feliz al hombre más exigente, pero yo estaba demasiado atareado en poder reorganizar mi vida psíquica y seguir la senda del autodesarrollo. Vivimos momentos de gran intensidad, yo diría que reveladores, pues con ella mantenía esas veladas de carne y espíritu, de comunión profunda, que también resultan una mística para elevar la consciencia, y que a su modo también exigen una ascesis o disciplina para velar por la relación. Y en esa disciplina es por lo visto en lo que yo fallaba, tal vez porque de mirar tan lejos no ves lo que tienes tan cerca. Y porque la soledad del ser no cesaba, y clavaba sus dientes implacables en mi alma joven, dejando heridas largas como ríos. ¿Dónde estaba *moksha*? ¿Cómo lograr reflejarse en el rostro de la Diosa, esa que buscaba en mujeres de carne y hueso, pero también en el lado femenino de mi alma? ¿Acaso el mismo Ramakrishna no estuvo a punto de enloquecer y quiso quitarse la vida arrojándose sobre una espada, porque la Madre no se le manifestaba? ¿Acaso no llegó a estar tan desesperado con su mente atormentada que solo conoció la tranquilidad cuando un tántrico que pasó por su lado le cortó el pensamiento metiéndole los dedos en el entrecejo? En las noches oscuras del alma, ¿dónde asirse y hallar algún consuelo? ¿Encontraba su aliento perdido Juan de la Cruz en su relación con Teresa de Jesús? Omar Khayam lo hallaba compulsivamente en el vino. Rumí sin dejar de tejer, y sabiendo que la mente es una casa con un millón de puertas. Otros en la senda de la ascesis, que a veces resulta todo lo contrario, porque reprime y mutila las potencias internas, como en el caso de aquel rígido asceta que, tras llevar años de mortificaciones, un día pasó por allí una bella mujer y lo sedujo, y él, al día siguiente, se ahorcó de un árbol. Nada es sencillo en la aventura del espíritu, y no es de extrañar el comentario de aquel gran mentor que dijo sin ambages: «Algunas veces, ¡es tan difícil vivir!». Y es que, como dice mi querido amigo Ignacio Fagalde, al que volveré a hacer referencia varias veces, no es nada fácil «aliviar la insatisfacción silenciosa», y tratamos, muy equivocadamente, de hacerlo huyendo o escondiéndonos, extraviándonos en bagatelas y fruslerías y dando la espalda a lo real: el Ser; creyendo

que solo con el «dudoso don de la inteligencia» (Ramesh Balsekar) podemos pasar de lo adquirido a lo real, de la consciencia-dormida a la consciencia-despierta.

Finalmente, acudí a psicoanalizarme por dos razones básicas: una conocerme mucho mejor, que siempre ha sido una obsesión en mi vida, y otra, tratar de resolver conflictos internos que me desgarraban (la antigua batalla entre el sentido del deber y el del querer, entre vivir los sueños y deseos propios o los ajenos). Bueno, desde el primer momento supe que Lorenzo se había psicoanalizado con la hija de Freud y que era de la escuela de viejo cuño. Aunque dominaba diversas escuelas psicoanalíticas y psicológicas, era de la corriente más clásica, puramente freudiana, con lo cual, una vez que me tumbé en el diván, enseguida comenzamos a abordar aspectos de mi libido y de mi vida sexual en general, donde no quedaban excluidos temas como el complejo edípico, la excitación sexual, los sueños eróticos y un buen número de términos con los que me fui familiarizando, como “oralidad”, “fijación anal”, superego, el yo, el ello o id, la transferencia y la contratransferencia, la pulsión erótica y el instinto de muerte, y tantos otros que barajábamos como si yo también hubiera estudiado psicoanálisis. Mi doctor, como Freud, ponía demasiado énfasis en lo sexual, interpretándolo casi todo (pero no llegando al extremo obsesivo de Freud) en términos sexuales, pero estando a la par muy abierto a otras interpretaciones, ya que su cultura psicoanalítica era muy grande, y aunque fiel seguidor de Freud, también apreciaba la labor ingente de otros psicoanalistas como Adler o Jung. Bien es cierto que la libido tiene un papel muy grande en la vida del ser humano, pero hay otras motivaciones e impulsos no menos intensos, o incluso más. El mismo Freud (gran fumador de puros y a saber si ello no le valió su cáncer de mandíbula) declaraba que «a veces un puro es solamente un puro». Pero lo cierto es que sexualizaba toda la vida. Logró ser con no poco éxito un “neurótico compensado”, que él aplicaba a otros casos, pero la verdad es que él también estaba en la misma cesta. Al parecer, él no tenía especial fe en poder eliminar de un paciente por completo la neurosis, pero sí, y no es poco, creía poder convertir a un neurótico infeliz en uno feliz. ¿Fue feliz Freud? No lo creo. El ego nos hace muy vulnerables, y Freud lo tenía bastante desarrollado. Quizá la enfermedad le hizo reinventarse y cuestionarse muchas cosas. Siempre ha sido un personaje, empero, que me ha fascinado. Mi psicoanalista tenía cierto parecido con él, aunque solo llevaba bigote y no barba. He leído varias veces, entre otras biografías sobre Freud, la excepcional y en varios volúmenes de Ernest Jones. Seguro que Freud logró sublimar, pero no por completo des-reprimir. Él y Jung no

resultaban complementarios, sino al final fatalmente divergentes. Se produjo la inevitable ruptura.

Lorenzo era médico, pero, salvo en casos extremos, no recetaba medicamentos, a lo más indicaba la toma de algún ansiolítico si era imprescindible para dismantelar o apaciguar una crisis de despersonalización, que es una crisis en la que la ansiedad es tan fuerte que la persona se siente fragmentada, todo lo vive como si fuera irreal y tiene el sentimiento cierto de que va a morir o a volverse loco. A estas crisis, metafóricamente, o no tan metafóricamente, mi amigo Simon Mundy las llamaba las «visitas de Kali». Llega la diosa Kali, la destructora, y te devasta con su poder. Si uno se opone a ella, se intensifica el terror; es mejor aprender la capacidad de abandonarse y dejar que ella devore tu ego y te haga conocer el engullente vacío de la nada.

Durante cuatro o cinco años, tal vez más, acudí a explorar mi psiquis guiado, o mejor sería decir atestiguado, por el doctor Frutos. El primer día que me recibió, al llamar a la puerta me extendió la mano ceremoniosamente. El último día que me recibió me extendió la mano ceremoniosamente. O sea, nos dábamos la mano a la llegada y a la despedida. Aunque yo era un jovencito y él me sacaba un buen número de años, hasta que dejé de asistir a su consulta, nunca me llamó de tú. Siempre, por una y otra parte, imperó el usted. El tratamiento, como era básicamente freudiano y clásico, siempre se llevó a cabo extendido yo en el diván. Él, sentado en un sillón, estaba situado detrás de mi cabeza; o sea, que yo no podía verlo si no me incorporaba. Iba apuntándolo todo en un cuaderno. Escarbé sin piedad en mis años de infancia, en los de mi adolescencia y primera juventud. Siempre recurriendo a la asociación de ideas. A veces estaba media sesión sin hablar. Él intervenía parcamente, sobre todo en las primeras sesiones, aunque luego se hizo moderadamente más intervencionista, porque yo también exigía sus puntos de vista. Sondeábamos en mi inconsciente, recurriendo a menudo a los sueños y a los actos fallidos. Así, yo iba desvelando que contaba con un padre autoritario y una madre permisiva. Explorábamos intenciones y ensoñaciones, represiones y frustraciones, tendencias sexuales, afanes eróticos, la relación con mi novia, la calidad de mis orgasmos. Él distinguía entre la masturbación sana y la que adquiere un carácter patológico porque se utiliza como medio de evasión o para paliar la ansiedad o la angustia. Incluso hablamos de la conveniencia de escribir un libro que se llamase “psicoanálisis de la masturbación”, para el que yo hice un buen número de entrevistas entre jóvenes de edad parecida a la mía cuando tuve la enorme desgracia de ser un

número más (un miserable recluta) en el honorable ejército español, donde, por cierto, logré, gracias ya a los libros que había escrito y a mis conocimientos psicológicos, poner de mi lado a varios oficiales. No voy a decir que los psicoanalicé, pero casi (y en parte lo hice), y desde luego no me hice de rogar para hacerme el confidente psicológico de muchos de mis compañeros de milicia. Una fase larga de mi psicoanálisis fue de tratamiento, pero otra se convirtió en didaxis o entrenamiento. Desde luego, enriqueció mi vida y aminoró o me ayudó a reencauzar mi insatisfacción, unas veces silenciosa y otras veces atronadora.

El doctor Frutos era, y es, un lector infatigable. Toda su casa era una biblioteca, y los libros estaban apilados por todas partes. Ya no había lugar donde ponerlos, y los dejaba en el pasillo unos sobre otros. A veces, muchas veces en realidad, yo llegaba, nos estrechábamos las manos, y nos poníamos a hablar de literatura tanto tiempo que la sesión se había consumido y yo abandonaba su casa. Me regaló *Bela* de Balzac, y hablábamos de autores de todos los países. Como fueron tantos años de encuentros, ya hablábamos de todo lo divino y humano. Se empeñaba en que no olvidara en lo posible ni uno de los sueños que tuviese, para analizarlos. Indagamos en algunos cuyos resultados fueron espectaculares en cuanto a descubrir el trasfondo de mi psiquis. Freud estaba con mucha frecuencia en sus labios, y en menor lugar Adler y Jung. Pero los discípulos predilectos de Freud aparecían en muchas sesiones de psicoanálisis. Entre ellos, cómo no, Steckel, Abraham, Ferenczi y Rank. Tenía especial predilección también por psicoanalistas como Melanie Klein y Fenichel. Gracias a su recomendación leí la biografía de Jones que ya he comentado, pues antes de conocer a Lorenzo solo había leído sobre Freud la breve biografía que escribió Stefan Zweig. Freud, en lo aparente no me parecía un tipo simpático, ni muchos menos, y desde luego sí bastante neurótico (él mismo emprendió un despiadado autoanálisis cuando tenía cuarenta años) y maniático, pero cuando uno se adentraba más en su vida y en su alma, terminaba por convertirse casi en entrañable. Era un genio, y eso es innegable. Leí varias biografías suyas y preguntaba mucho al doctor Frutos por tan singular personaje. Era un gran seductor en el fondo, incluso cuando ya con edad avanzada psicoanalizó a Lou Andrea Salomé. Se hacía acompañar en consulta por sus dos perros chow chow, le apasionaban los buenos hoteles, estaba enamorado de la hermana de su mujer y, lo más esencial y ejemplar, tuvo una actitud verdaderamente estoica para soportar durante muchos años su cáncer de garganta. Desde luego, y aunque se tomen luego otros derroteros y se ejerza dentro de

cualquiera de las corrientes terapéuticas (cognitiva, conductista, transpersonal, gestalt o la que fuere), todo psicólogo debería sentir la obligación de profundizar en los conocimientos tanto de Freud como de Adler, Jung y todos los psicoanalistas de la época, buena parte de los cuales, casi todos, eran además médicos... y soportaban su propia dosis de neurosis.

Lorenzo y yo hablábamos de los discípulos de Freud con una familiaridad increíble, emitiendo opiniones sobre unos y otros. No dejaba de sorprenderme Wilhelm Reich y su teoría sobre los orgones, pero desde luego quien se ganaba toda mi fascinación era una mujer que conocí a través de las palabras de mi psicoanalista: Lou Andrea Salomé. Era una mujer altamente cautivadora, de enorme belleza y que enamoró al recalcitrante misógino Nietzsche (que llegó a solicitarle matrimonio), a Rilke (quince años menor que ella) y, a su manera, al “todocontenido” y controlado Freud, que sin duda sabía bastante de los procesos represivos por haberlos vivido él mismo. ¡El autoritario Freud y su necesidad compulsiva de figura paterna y manipuladora con sus discípulos y colegas! Pero Jung era demasiado Jung para doblegarse, aunque la ruptura sin duda le fue tan penosa como lo es cualquiera de orden sentimental. El caso es que Lou era una mujer de fábula y que robaba el alma de cualquier hombre que la conociera. Era rusa, y desde joven se interesó vivamente –y estudió con ahínco– por la metafísica, la filosofía y la psicología. ¡A saber a cuántos de sus maestros turbó y enamoró! Tenemos la certeza de que uno de ellos quiso dejar a su mujer para estar con la entonces jovencita Lou. Se interesó en su día vivamente por el psicoanálisis y fue discípula de Freud. Años después, yo examinaría con toda atención sus escritos psicoanalíticos, y me deleitaría leyendo algunas biografías sobre esta mujer extraordinaria, que escribió un buen número de obras. También disfruté leyendo la correspondencia entre Freud y su novia antes de que se desposaran.

Jung nunca llegó a entender por completo las técnicas orientales de autorrealización, ni el yoga ni el budismo. Sus prólogos a algunas obras sobre el tema son notables, pero se comprueba en ellos a todas luces que nacen de la teoría y de la erudición, pero no de la práctica en absoluto. Simplemente no practicaba, y de ahí su convicción de que los métodos liberatorios de Oriente no eran para los occidentales. Si ahora levantara la cabeza, se quedaría turbado al comprobar hasta qué punto han calado en la mentalidad occidental. Al no practicarlos y decantarse más hacia sus fabulosas intuiciones y construcciones psicoanalíticas y hacia el esoterismo, no terminó de calar, sino que solo

flirteó con las sabidurías de Oriente, y, de hecho, he ahí sus resistencias y prejuicios, que aún declarando que Ramana Maharshi era «el punto más blanco de una hoja en blanco», no acudió a visitarlo cuando tuvo oportunidad de hacerlo en la India. ¡Lo que hubiera dado yo por ponerme a los pies de Maharshi! He leído media docena de veces la obra de Jung *Sueños, ensueños y pensamientos* y no menos veces *El hombre y sus símbolos*. Freud era un reprimido, a pesar de sexualizarlo todo en la vida y de su recalcitrante teoría de la sexualidad, y Jung trató de des-reprimirse, a pesar de que para él la libido representaba mucho más que el simple erotismo o energía sexual. Era evidente que tenían que terminar chocando y distanciándose. Ambos fueron unos genios en sus respectivos campos, y ambos lucharon, y no poco, por superar sus propias tendencias neuróticas, que eran consistentes. No lograron conciliar sus puntos de vista. Freud hizo las veces de padre autoritario e impositivo, y Jung, de hijo díscolo. Freud tenía unas resistencias psíquicas incontrolables hacia todo lo esotérico (aunque él mismo en sesiones psicoanalíticas había tenido experiencias telepáticas), y a Jung todo lo que estuviera relacionado con fuerzas supranaturales le motivaba hasta el entusiasmo.

Jung tenía una madre apasionada por el ocultismo y los fenómenos ocultos; yo, también. Era un científico, un metafísico, un místico, y tenía una gran confianza en las enseñanzas y técnicas del yoga, pero por un enfoque prejuiciado del tema, o porque no experimentó, cometió el error de decir que la filosofía oriental y sus métodos eran para los orientales y no para los occidentales, y quizá en ello también intervinieron sus creencias religiosas cristianas. ¿Cómo hubiera podido presuponer Jung, a pesar de que era muy intuitivo, que se llegaría a practicar mucho más yoga solo en España, por ejemplo, que quizá en toda la India? Siempre me ha interesado mucho la vida de este genio, pero lo que más he admirado en él es su valor de ponerse en evidencia muchas veces ante la esclerótica e hipócrita clase médica no ocultando su enorme interés por la alquimia, la parapsicología, las ciencias del espíritu, la religión y la magia. Y también es digno de admiración el esfuerzo de autoanálisis y autoindagación que llevó a cabo para salir de su depresión. No es de extrañar que un hombre así, y además de indudable apostura, fuera un seductor, incluso a su pesar muchas veces, y que las mujeres se sintieran fascinadas por él, pues por lo visto debía conectar muy bien su “ánima” con el “ánimus” de ellas.

Uno de los resultados de mi psicoanálisis es que terminé por liberarme de la carrera de Derecho, y también dejé de trabajar en la empresa de mi padre. A cambio, tuve mucho más tiempo para dedicarme a escribir y a practicar yoga e investigar en las técnicas orientales de autorrealización de una manera más rigurosa. Esperaba con anhelo que llegara el día en que pudiera viajar a la India, sobre la que leía todo aquello que caía en mis manos. No imaginaba cuánto gozaría y cuánto sufriría también en ese país, ni qué enorme abismo se abría entre la India ensoñada y la India real. Otro de los resultados es que adquirí un amplísimo conocimiento del alma humana, sus conflictos, autoengaños, resistencias, subterfugios y escapismos. Años después escribiría varios libros muy bien acogidos por los lectores. Todos ellos tuvieron numerosas ediciones y aún se siguen publicando, aunando y conciliando, y hasta fusionando, los conocimientos psicológicos de Oriente con los de Occidente. Se trata de obras como *Ante la ansiedad*, *Superar la depresión*, *Terapia emocional*, *Los afectos y cómo manejarse con ellos*, *Terapia afectiva*, y otras.

Pero no dejaba mis sesiones de psicoanálisis, y menos aún mis prácticas de yoga y relajación. Me juntaba con toda persona que supiera del tema, y desde luego con todos aquellos que pasaban por Madrid y habían tenido contacto con la India o yoguis de otros países. Ya el yoga estaba muy introducido en Argentina, Colombia y México. Me escribía con muchos practicantes o aspirantes espirituales, e iba cada día planificando con más rigor mis programas de *hatha-yoga*. Seguí con las antenas siempre puestas para “cazar” a cualquier mentor de cualquier disciplina espiritual que pasara por Madrid. De esa forma contacté con un grupo de *subud*. He aquí que había un maestro llamado Pat Subud que ideó un método que practiqué con un profesor de su tradición que pasó por Madrid. Después seguí practicándolo con otros grupos. Yo denominaría ese método como un poco catártico, porque consistía en estar en una sala con un buen número de personas, cerrar los ojos y dejarse llevar con entera libertad, de acuerdo con los propios impulsos de movimiento o no movimiento. El profesor daba palmas o producía monótonos sonidos golpeando rítmicamente los pies contra la tarima de madera del suelo. Uno tenía que soltarse y soltarse, moverse como le placiera libremente, sin abrir los ojos, con cuidado cuando tropezaba con los demás o con las manos al frente palpando. De vez en cuando, yo creo que todos hacíamos la pequeña trampa de mirar por el rabillo del ojo. Algunas personas se refugiaban en un rincón de la sala en posición fetal; otras se sentaban moviendo la cabeza como un péndulo; muchas caminaban de

aquí para allá topándose con unos y otros; las había que saltaban como gamos o que hacían movimientos estertóricos, o que hacían que pareciera que estaban sufriendo un ataque de epilepsia. Otras, incluso personas muy ancianas, dejándose llevar, se arqueaban como una goma, y otras reían con estruendosas carcajadas, en tanto que otras derramaban incesantemente lágrimas. De acuerdo con Subud (que era indonesio), en estas sesiones se desencadena una energía especial que ayuda a desbloquear los centros energéticos y a conseguir estados alterados de consciencia. En algunas reuniones, tras la exaltación, nos echábamos en el suelo para relajarnos.

Por esa época se iban poniendo de moda todo tipo de “terapias” y técnicas de realización personal. Uno podía utilizar el método de aliviar su agresividad golpeando una almohada o de desahogar su energía comprimida o sus frustraciones mediante el llamado “grito primario”, que consiste en dar un alarido o varios con todas las fuerzas de los pulmones. Pero yo me mantenía fiel a mi psicoanalista y estaba comenzando a fraguar una relación muy profunda con él. De hecho, en cuanto me descuidaba, yo trataba de ejercer como psicoanalista y convertirlo a él en psicoanalizado. No siempre ni mucho menos fracasaba en mis intentos. Él era muy hábil, con tantos años de experiencia, pero a veces lo llevaba a mi terreno, y era yo quien trataba de saber sobre sus actitudes vitales, su vida sexual, la relación con su mujer y sus hijas y la manera de enfocar la vida más allá de la consulta. Se dieron sincronicidades curiosas en muchos sentidos. Me preguntaba una y otra vez por mis sueños. Tuvimos ocasión de psicoanalizar algunos de rico contenido psíquico; pero curiosamente fue años después, cuando ya había puesto término a las sesiones, y había comenzado a viajar a la India, cuando empecé a tener dos sueños muy vívidos que habrían de repetirse con alguna frecuencia, siendo siempre el trasfondo de estos, tras interpretarlos con mis propios conocimientos psicoanalíticos, mi anhelo inmenso por escalar a la cima de *moksha* y mi angustia en el sueño cuando no puedo conseguirlo.

Mi relación con Edgar se hizo muy estrecha. Nunca olvidaré algunos de los temas que nos ocupaban durante horas y horas, paseando por el parque del Oeste, disertando sobre cómo conseguir una sensibilización tal de la consciencia que pudiera conectar con la realidad que se esconde tras la mente ordinaria y condicionada y poder así, dejando de lado lo adquirido, verdaderamente ser. Sabíamos que era necesario darle un giro a la mente y cambiar su conexión, para no vivir a través del ego, sino en el olvido del ego, pues aunque nos constaba que necesitábamos de él, sabíamos que era necesario aflojar

sus grilletes y conseguir no estar solo en lo inmutable, sino también en conexión con lo inmutable. La meditación, de eso estábamos ambos seguros, era una vía. El vaciamiento para ir a la fuente de la mente, lo veíamos como esencial. Para ello, yo a veces, en mi casa, bailaba en rotación, afirmándome sobre el eje físico y energético de mi cuerpo, buscando la manera de darle un giro a la mente y conectar con la vibración del cuerpo sutil. Eran intentos todos de ensanchar límites y no dejarme atrapar, ciega y mecánicamente, por las apariencias.

A veces éramos todos como ciegos por una larga senda sembrada de baches y rodeada de abismos. Pero toda la literatura al respecto de la que nos servíamos nos dejaba claro que desde la noche de los tiempos el ser humano con inquietudes y anhelos de mejoramiento había buscado instrucciones y métodos para tratar de conocer lo incognoscible, para tratar de comprender lo incomprensible. Se daba por hecho que había un estado de percepción especial y uno superior de cognición que permitían captar lo que escapaba a la mente puramente racional. El mismo Buda, a pesar de su pragmatismo contundente, dio a entender que el nirvana es inasible a la comprensión de la mente ordinaria, y que no hay palabras para explicarlo. O se vive o no se vive. Eso es todo. Pero por aquel entonces los que estábamos en esa sinuosa senda éramos todavía unos grandes románticos de la Búsqueda e idealizábamos al iluminado, atribuyéndole cualidades extraordinarias o arrogándole poderes supranaturales. Siempre se ha dado, entre los muchos buscadores, hasta que de veras maduran, esa tendencia a idealizar al iluminado, que en realidad es aquella persona que ha logrado liberarse de las corrupciones de la mente y desligarse de sus envolturas psicosomáticas, o desidentificarse, estando establecida en un estado de consciencia inafectada, pero teniendo, mientras dispone de un cuerpo y mente, que soportar las dolientes afecciones de estos, aunque desde una perspectiva impersonal o transpersonal. Desde el momento en que la ignorancia básica de la mente cesa y *maya* es descubierta y desenmascarada, y el apego se supera, la persona realizada (que ha hecho real lo que nunca dejó precisamente de serlo) cambia por completo su actitud y modo de estar en el mundo.

De igual modo que mi hermano Miguel Ángel se convirtió en mi conejillo de Indias para investigar en sesiones de hipnotismo, yo me convertí en el de Edgar. Hicimos las pruebas más diversas que se pueda uno imaginar, que iban desde el hipnoanálisis a la hipnoterapia, desde bucear en lo más íntimo de mi remota infancia hasta hacer pruebas con órdenes posthipnóticas. También practicábamos técnicas de autoinmersión muy

profunda y de desligamiento del cuerpo y la mente. Durante años estuvimos dedicados a la indagación espiritual, siendo muy cercanos confidentes. Yo me relacionaba también con otras personas vivamente interesadas en el tema, pero de forma más casual o ligera; sin embargo, Edgar y yo sentíamos tal afinidad el uno con el otro que investigamos en todo resquicio que pudimos para evolucionar la consciencia y hacer descubrimientos internos. No obstante, había cosas en las que no concordábamos. Él se tomaba la vida con más gravedad que yo, a veces era inflexible en sus juicios y, desde luego, sumamente autoexigente; no se pasaba una y se permitía pocos placeres. Yo no era tan austero o quizá tan contenido. También contaba, y no poco, la diferencia de edad y de culturas. Fuimos uña y carne, a pesar de algunos enfoques de vista dispares, y llegué a considerarlo el hermano mayor que nunca tuve. Cuando acabó Psiquiatría y decidió volver a su tierra para seguir ejerciendo como médico rural, sentí que se me rompía el alma. Era el momento para aplicar el desapego y el desprendimiento.

Aunque los cimientos habían sido sólidos, porque conté con personas muy válidas para configurarlos, siempre tuve alma de individualista y autodidacta. Sabía desde niño que a la postre uno es su propio mentor, y que debemos coger lo mejor de cada sistema y poner en práctica lo que más nos pueda ayudar a que la consciencia evolucione, la comprensión se ensanche, la acción sea diestra y correcta y, sobre todo, nos humanicemos. Trataba de poner en práctica los libros que mostraban instrucciones para el autodesarrollo y el *sadhana*. Del mismo modo que me había esforzado en fortalecer un cuerpo no precisamente vigoroso, había tratado de ir levantando una psicología bastante patológica. Muchos de los libros que leía, y que en ninguna librería podía conseguir, los hallaba en Armenteros. Así se llamaba la librería de Jesús Armenteros, en la calle Víctor Pradera. Era poco más que un chiscón, pero perfectamente abastecida de obras de espiritualidad, orientalismo, esoterismo y autodesarrollo. Una joya. Entablé una gran amistad con Jesús, siempre muy modestamente vestido, con aspecto de personaje salido de una novela decimonónica, presto a informar y cooperar. Me fue consiguiendo infinidad de títulos prohibidos y recomendándome otros. En la trastienda, me enseñaba con orgullo el altar donde hacían misas espiritistas, y me hablaba de sus experiencias espíritas y etéricas. Conocí a curiosas personas a través de la librería o de él mismo. Era un clásico su disimulado establecimiento. Las obras prohibidas las ocultaba, pero varias veces tuvo que soportar el flagelo de la censura. Me llenó de ternura cuando me contó

que su pajarito había muerto y que esa noche consiguió localizar dónde se estaba celebrando un velatorio y convencer a la familia para que el animalito pudiera ser colocado en el ataúd. ¡Y lo consiguió! La fuerza del amor.

Ya hacía años que venía manteniendo largas conversaciones literarias y filosóficas con mi tío norteamericano (casado con mi tía carnal) Frank Yerby, que con su primera novela, *Mientras la ciudad duerme*, había ganado un millón de dólares. Me contaba cómo tras ser rechazado el primer manuscrito, que era mucho mejor, hizo otro mucho peor y fue el que dio la campanada. Se lamentaba de que sus mejores novelas, como *Mi hermano Judas*, eran las menos vendidas. Siempre me tuvo un especial cariño y no cejaba en el empeño de brindarme sus mejores consejos humanos y literarios, que no eran los que más me interesaban; lo que me gustaba de él era su naturaleza básicamente bondadosa. Me decía: «Ramirito, hay que vivir plenamente y evitarse disgustos y conflictos. Esto dura poco». Y un ataque cardíaco puso término a su vida y dejó en el abismo las que todavía ensoñaba serían sus mejores novelas.

Comencé también a abastecerme de obras de espiritualidad y orientalismo en la Librería Argentina, regentada por mi buena amiga Lucita Tucci, que entonces estaba viuda y era sumamente atractiva. Allí pasaba yo muchas horas ojeando libros y libros. Lucita se casó luego con Alberto Dálvez, un actor argentino que se vino a vivir a España y se convirtió en editor. Fundó la editorial Eyras, donde publiqué *Verdad y mentira de los gurús*, *Verdad y mentira del tercer ojo*, y una novela de amor y reencarnación, *Padmini*, que se ha reeditado ahora con el título de *En busca del amor mágico*.

Alberto Dálvez era el típico argentino amigable, apuesto, locuaz y atractivamente retórico al hablar. Él era un seguidor firme e inquebrantable de Yogananda, mientras que yo ya era entonces bastante “alérgico” a los denominados gurús de masas. Manteníamos conversaciones enjundiosas. Dálvez también meditaba, pero más en la línea de la meditación *bhakti* o emocional. A pesar de que era un devoto de su gurú, no tuvo inconveniente en darme todas las facilidades para que yo escribiera en su día *Verdad y mentira de los gurús*, tema al que más adelante haré algunas referencias, pues hoy en día es mucha la gente que nace libre y muere sierva de uno de esos gurús sin escrúpulos. Nos sentábamos en un rincón de la Librería Argentina, o dábamos un buen paseo y charlábamos de temas espirituales. Ambos creíamos en la fuerza del destino, se tratase del *fatum*, la causalidad, el karma, la ley del accidente o la sincronicidad, pero también sabíamos que uno puede ir reorientando su propio destino, toda vez que, aunque somos

herederos de nuestra mente y sus condicionamientos, también podemos trabajar sobre ella para ensanchar la consciencia, y que finalmente en una dimensión de consciencia más alta y expandida es posible elegir con mayor libertad. Hablábamos de la misteriosa construcción de lo fenoménico, partiendo del *akasha*, y que debido a leyes ignotas, que se burlan del entendimiento ordinario, se va desplazando de lo más ultrasutil a lo más burdo, a través de los elementos cósmicos. Y así el místico trata de hacer el camino a la inversa, retornar al Uno, sutilizándose poco a poco hasta transustancializarse y desligarse de lo que los yoguis del *samkhya* llaman la *prakriti* o “sustancia”. Pero, y también en ello ambos conveníamos, si la persona era esclava o títere de la *prakriti*, y estaba identificada ciegamente con ella, por culpa de la *maya* o ilusión, no era posible abrir un canal de luz trasformativa en la mente, y seguía hasta las postrimerías de su vida siendo sierva, aunque ensoñara que era libre. Había comenzado yo a trabajar desde el *purusha* o testigo, a fin de mirar sin reaccionar, ver sin tomar partido, incluso desarrollar dentro de mí “el imperturbado y pasivo hermano gemelo” que observa al “hermano gemelo que se afana y reacciona”. El secreto está en “disociarse” para que una parte de uno no se deje arrebatar por la parte que es activa y apasionada. Era un trabajo de una enorme envergadura, casi extenuante, donde me esforzaba por mantener la conexión con el ser para no dejarme obnubilar por los procesos psicofísicos. Uno entiende la dificultad cuando comienza un trabajo así, en el que se requiere una ardiente motivación. Como Alberto era mucho más devocional que yo, que con respecto a los gurús solía ser, salvo excepciones, incrédulo y descreído, él rendía pleitesía desde el corazón a su gurú, Yogananda, en tanto que yo sabía que el alma no se puede dejar toda ella en manos del gurú, y que el gurú que nunca falla es el que se rescata dentro de uno mismo.

En 1967 se publicaron mis obras *ABC de la hipnosis y la relajación* y *ABC de la filosofía oriental*. A partir de ese año, yo tenía veinticuatro entonces, ya nunca dejaría de escribir (excepto cuando estuve enfermo) ni de publicar. Habría de cultivar los géneros más diversos: ensayo, pensamiento, libro de viajes, guías turísticas (con marcado sentido espiritual), obras de psicología, autosuperación, filosofía oriental, yoga, cuentos, relatos y novelas. Mis novelas siempre estarían inspiradas en la búsqueda de realidades supremas, con personajes que trataban de superarse y conseguir ir más allá de las cadenas de la *maya* (ilusión fenoménica), procurando en sus páginas enseñanzas, métodos y técnicas para la evolución de la consciencia y el sentido de la vida. Entre mis novelas más sentidas se encuentran *El faquir* (que se terminaría convirtiendo en una

trilogía), *El templo de hielo*, *El yogui* y *Las siete iniciaciones*.[✱] En todas ellas hay una parte autobiográfica y, sobre todo, mucho de idealización espiritual y anhelos de ir más allá del entendimiento ordinario y limitado, para encontrar la Sabiduría que libera. Todas mis obras, y son más de doscientas las publicadas, siempre han tratado de verter enseñanzas para la conquista de la mente serena y la paz interior, confiando en las potencialidades del ser humano para realmente ser un ser humano.

Tras haberme entrenado bastante a fondo en las técnicas del yoga y haber acumulado un gran número de conocimientos, entusiasmado por esta ciencia del espíritu y de la salud integral, en mi afán de comenzar a difundir, creé una escuela de yoga por correspondencia, llamada Asana, que se encargaba de enviar por escrito todo tipo de instrucciones, información y sugerencias, manteniendo intercambio de correspondencia. Se mantuvo durante meses y comencé también a impartir clases de yoga a domicilio. Me afanaba por difundir la que yo consideraba la mejor y más completa medicina para el alma, pues el yoga es el único sistema soteriológico que aborda todos los planos que configuran a la persona: cuerpo, cuerpo sutil, mente y psiquis, además de los comportamientos con los demás. Mi relación sentimental con la que había sido mi compañera del alma durante años, Nelly Beatriz, llegó a su fin, y ella partió para su país. Era tierna entre las tiernas, indulgente y entrañable. Pero, ya sabemos, como dijo D.H. Lawrence, que la amistad es más segura que el amor, sobre todo el amor al que se refería: el sentimental y el pasional. Ella, como otras de mis parejas posteriores, hubiera hecho feliz al hombre más exigente, como ya he aseverado y no hay duda de ello. Con todas las mujeres de mi vida he mantenido, tras la ruptura como pareja, una relación fraterna, porque el verdadero amor prevalece, y casi todas ellas se han encauzado por la senda del yoga y la sabiduría oriental, convirtiéndose en fenomenales profesoras de yoga. No fallaban ellas, fallaba yo; pues mi propia insatisfacción existencial y mi modo de ser muy independiente me hacen mucho mejor amigo que compañero sentimental; ellas han tenido una resistencia pasiva que ya la hubiera querido Gandhi para sí. Nelly y yo hemos seguido en contacto, porque siempre que hay amor consciente (no posesivo, sino verdadero), este persiste. Puede cambiar el signo de la relación, pero el cariño siempre prevalece. Con razón hay un adagio que reza: «Los dioses aman conscientemente, y el que ama conscientemente se convierte en un dios». El amor consciente pone los medios para que la otra persona sea feliz aun a riesgo de perderla.

Pero la amistad y los mejores sentimientos siempre persisten. Es el “almor” o amor del alma. Ese que todos tendríamos que cultivar mucho más.

Mientras tanto, el “sabueso” que era yo seguía prendido en todo tipo de lecturas espirituales, algunas fiables, como las de autores realmente rigurosos sobre el tema, otras menos, pues se presentaban como realidades lo que a todas luces era novelería, tal como *El tercer ojo* y *Autobiografía de un yogui*. Empecé a leer por esa época todas las obras de Paul Brunton, Maurice Maeterlinck y Stefan Zweig, y me deleitaba con los poemas de uno de los mejores poetas místicos hispanoparlantes: Amado Nervo. La soledad del ser no cesaba; la silente y profunda insatisfacción, tampoco; el anhelo del estado de *moksha*, aún menos. Más tertulias, más encuentros, más prácticas, más abismarse en meditación profunda para desconectarme al menos unos momentos de lo otro y absorberme en el uno, superando así la angustia de la separación. Como aconseja Hafiz: «Simplemente siéntate, relájate y descansa de tu separación del Absoluto, el trabajo más duro que existe».

4. Shadak

A mediados de enero del 1971, Almudena Haurie y yo fundamos el centro de orientalismo y yoga Shadak, por el que llegarían a pasar más de medio millón de practicantes y que sigue en plena actividad. Almudena hacía infinitamente mejor que yo las *asanas*, pues tenía desde siempre un don innato para ello. *Sadhak* significa “aspirante espiritual” o “practicante de yoga”. Al hacer las placas, la imprenta se equivocó y cambió de lugar la letra hache, y ya lo dejamos de este modo. Sí, había nacido Shadak, cuando mi idea anterior, durante meses, era haber abierto una librería de orientalismo. Había conocido a Almudena de una manera casual o causal, mientras yo hacía una pausa de descanso tras haber escrito muchas horas seguidas. Era una mujer de un desbordante atractivo y encanto, que parecía india por sus profundos y elocuentes ojos, a los que Neruda hubiera tildado de mirada oceánica, y yo añadiría: cargada de significados y significantes. Al igual que yo, era una empedernida lectora. Años después, cuando mi madre enfermó de cáncer y estaba muy grave, ella la acompañó dándole todo su apoyo en el hospital. Siempre ha sido una mujer de gran poder interior, pero estaba escrito que cada uno tenía que seguir su ruta existencial, desde el imperecedero cariño. Acudió presta a alentarme cuando estuve moribundo, y también cuando empezaba a renacer ya en la planta del hospital.

Dadas sus dotes de excepcional flexibilidad y lo bien que encajó con las actitudes del yoga, Almudena me servía de modelo cuando yo daba las clases, mientras yo seguía trabajando incansablemente por domar mis rígidos músculos y ablandar mis articulaciones. Dábamos muchas horas por día y tardamos dos años en conseguir ochenta alumnos. Después, cada uno empezó a dar sus clases como profesor y poco a poco fuimos haciéndonos con un mayor número de practicantes. Mi relación sentimental con Almudena duró diez años, que fueron de una enorme actividad en cuanto a impartir clases de yoga, hacer viajes por Oriente y Occidente, a la búsqueda de mentores, yoguis y especialistas. Rara era la noche en la que en nuestra casa no se celebraban reuniones

con toda clase de personas interesadas en la búsqueda espiritual: viajeros que venían de Oriente y pasaban por Madrid, yoguis hindúes y lamas tibetanos, médicos e investigadores de la psiquis, embajadores de la India, diletantes y visionarios. Eran reuniones muy variadas, hasta tal punto que cierto día Miguel Fraile, uno de mis primeros alumnos, comentó: «No sé cómo serán las reuniones y encuentros de este tipo en Sausalito, pero nosotros no nos quedamos a la zaga».

Las actividades en el centro de yoga, al margen de las clases diarias, eran continuas en esos primeros años. Organizamos encuentros de yoga y medicina; nos dieron charlas lamas, yoguis e investigadores orientalistas; hicimos seminarios de yoga y neurociencia (escribí con el doctor José Álvaro Guglieri el libro *Yoga, zen y control psicossomático*); ofrecimos conciertos de sitar y tabla, proyección de películas de la India, encuentros para contrastar diferentes métodos de autorrealización, y un larguísimo etcétera de actividades. Fundamos el Centro de Estudios Budistas, con la aquiescencia de ese gran maestro, abad del monasterio de Vajirarama, que era el venerable Narada Thera. Yo no dejaba de enviar cartas a unos y otros mentores, *ashrams*, comunidades espirituales y monasterios de todo el mundo, además de investigar, escribir, leer, seguir con mi práctica espiritual, atender a personas con muchos problemas psicológicos, mantener una fluida correspondencia, compartir con aspirantes espirituales, dar conferencias y talleres. Y todo ello hallaba inspiración y fuerza en Shadak, el centro de yoga que llegaría a funcionar durante más de cuatro décadas.

Antes de abrirlo, visitamos las instalaciones mi madre, mi hermano Miguel Ángel y yo. El mecenas era mi padre. No tenía entonces ni idea de las rarezas de su hijo, pero de ahí el que sea aún mucho mayor su mérito al apoyar incondicionalmente el proyecto. Años después lo convencí para que practicara yoga y debo decir que fue un buen alumno. Mi madre acudió a practicar desde los primeros momentos. Es tal mi entusiasmo al hablar del centro de yoga que me estoy anticipando demasiado a los acontecimientos. No es de extrañar que mi buen amigo Ignacio Fagalde diga que para mí comienza la fiesta del día cuando voy a dar mis clases.

Entre mis primeros alumnos había gente muy variada. Aunque me ayudaba a contar con alumnos el hecho de que ya había publicado varios libros, no era fácil ir llenando las clases. Entre esos alumnos tenía a Rogelio, un purista de la filosofía oriental y del yoga, empapado de actitud *hippie*; Antonio Morillo, uno de los registradores de la propiedad más destacados de Madrid; Miguel Fraile, que estudiaba medicina; amas de casa,

directivos, estudiantes y, en suma, personas de todos los perfiles. Gerome Poste, americano, fue también uno de los primeros alumnos del centro. Mantuve con él profundas conversaciones sobre el desarrollo interior, pues era un gran buscador de realidades supremas. Durante meses trabajaba con pistola al cinto en plantaciones de café, caucho o cacao en distintas partes del mundo, y cuando conseguía una buena suma de dinero, se dedicaba a viajar por todo el mundo en busca de eventos espirituales y de maestros. Lo mismo viajaba a Hawái, porque había un curso de budismo *mahayana* tibetano, que a Sri Lanka, para asistir a un taller de meditación budista, que a San Francisco, a intervenir en danzas derviches. También estaba entre mis alumnos más antiguos César Vega, con el que llegaría a entablar una amistad muy profunda y con el que viajé varias veces por la India.

Comencé a dar conferencias en colegios mayores y a ser reclamado en programas de radio, si bien algunos medios me tildaban de excéntrico, y en una revista religiosa se refirieron a mí como «ese estrafalario joven barbado». No olvidemos que el “ecumenista” cardenal Ratzinger arremetía con no poco tesón contra las prácticas orientales y la meditación, el yoga y el zen. En esas conferencias se me enfrentaban a veces, o los que hacían bandera de su rígida ortodoxia religiosa, o, en las antípodas, los materialistas recalcitrantes que estaban tan encajonados como los otros.

Nos enredábamos en conversaciones muy diversas: cómo condiciona positivamente el inconsciente en estado de duermevela, cómo evitar las reacciones desmesuradas que retroalimentaban los *samskaras* (impresiones subliminales), cómo meditar recogiendo en el corazón, sumergirse en lo más profundo de uno mismo y retirarse de la dinámica de los órganos sensoriales, cómo disponer la mente en el profundo ensimismamiento para recibir la radiación inspiradora y reveladora del Ser.

Los meses que permaneció en Shadak, antes de emprender un nuevo desplazamiento de Búsqueda, tuvimos ocasión de compartir motivaciones y todo tipo de información. Era un espíritu ecléctico, capaz de sacar lo mejor de cada enseñanza y no aferrarse a ninguna, libre de cualquier dogmatismo. Los genuinos buscadores que he encontrado, los más auténticos y esforzados, han sido flexibles, librepensadores y adogmáticos. O sea, inteligentes y libres de la compulsión de aferrarse a un método y disputar con los demás para convencerles de que el suyo es el mejor. En cambio, aquellos que podríamos llamar conversos y que se identifican ciegamente con un sistema o un gurú se vuelven fanáticos y de mente estrecha, polemizan para demostrar que la verdad es la suya y hacen

prosélitos incansablemente. No solo eso, sino que se suman a organizaciones internacionales y siguen sus reglas. Es decir, abandonan la cárcel de su propia religión para plegarse sumisamente a otra y otros. Creen que por cambiar de ropajes y de nombre ya son unos adeptos, y no son más que ciegos siguiendo a otros ciegos. Incurren en el gravísimo error, si están en la enseñanza del yoga, de adoctrinar a sus alumnos y de impartirles un yoga mistificado e hinduizado, cuando el yoga es un método por completo neutral, y tanto para creyentes como para incrédulos, tanto para devotos como para agnósticos, tanto para teístas como para ateos.

Gerome Poste expandía seguridad y serenidad. Era alto, de complexión fuerte y llamativo encanto personal. También indagábamos en la red de engaños y autoengaños que teje la *maya* y en cómo nos hace tomar por importante lo que no lo es y darle la espalda a lo realmente importante. Como Hermann Hesse, no creíamos en cultos preestablecidos, ni en ídolos, ni en los valores de la sociedad en la que nos había tocado vivir, y hacíamos nuestras aquellas palabras en las que dice: «Cualquiera que sea el rumbo del mundo, no encontrarás médico ni ayuda, no hallarás futuro ni impulso nuevo más que en ti mismo, en tu pobre alma maltratada e indestructible». Como él, abogábamos por una «colaboración regular y simultánea del pensamiento lógico y el intuitivo». Uno u otro no bastan. El ave necesita las dos alas para remontar el vuelo y volar; el ser humano debe maridar el pensamiento racional y la intuición para poder navegar en diferentes océanos o planos de la vida, tanto interior como exterior.

Cuando Shadak llevaba un año abierto, mi padre, con su inteligencia nata, me dijo que sería conveniente que viajara a la India. Yo sabía que ese viaje tenía que producirse, pero no lo había todavía prefijado. Tomé como una señal la sugerencia de mi padre y comencé a organizarlo todo para poder, en seis semanas de vacaciones, viajar de la India de los Himalayas al cabo Comorín, y de Maharashtra a la bahía de Bengala. Llevaba ya años recopilando mucha información sobre el país de Gandhi y había leído un gran número de obras al respecto.

En el verano de 1972, Almudena y yo partimos para la India. Yo no sabía entonces ni casi contar en inglés, así que sobre ella iba a recaer la labor de trasladar al inglés mis preguntas para eremitas, yoguis, lamas, mentores y monjes. En seis semanas cogimos más de quince vuelos. Aterrizamos en Bombay, ahora Mumbai, en un lluvioso día de agosto, siendo el monzón muy fuerte. Al empezar a despuntar el día, me lancé hacia la Puerta de la India, atiborrada de personas, y busqué la estatua, cerca de ella, de Swami

Vivekananda. Me senté a sus pies. Había leído todas sus obras. Era un monje muy activo, que escribía: «Sed desapegados; dejad que las cosas actúen, que actúen los centros cerebrales; actuad incesantemente, pero que ni una sola onda conquiste la mente. Trabajad como si fuerais en esta tierra un viajero. Actuad incesantemente, pero no os liguéis: la ligadura es terrible. Este mundo no es nuestra morada; es solamente uno de los escenarios por los cuales vamos pasando».

Estuve extasiado un buen rato observando la figura de uno de los primeros maestros hindúes que yo había leído. Se convirtió en el discípulo predilecto de Ramakrishna, y con honestidad y sagacidad expuso la filosofía yóguica en el Congreso Internacional de Religiones de Chicago. Se trataba de Swami Vivekananda. Pero en mi honrada opinión, como también dice mi buen amigo el profesor de yoga Víctor Martínez Flores, una de las peores cosas que existen, sí, e insisto en ello, es el paso del yoga por América. Empezaron a surgir métodos yóguicos gimnásticos que se convirtieron en un culto narcisista al cuerpo, y hubo incluso quien fue más allá: indios con ambición desmesurada que, dando la espalda a la verdadera enseñanza, la imparten espuriamente y convencen a los americanos –y a los que por ellos se dejan infantilmente influir– de que es bueno hacer las *asanas* a cuarenta o más grados de temperatura. ¡Bueno! Ni el que más desvaríe puede creer que es saludable, por ejemplo, practicar *footing* a las tres de la tarde de un agosto en Castilla. Nadie con dos dedos de frente lo haría. Y pregunten a cualquier médico si es bueno ponerse a hacer un ejercicio fuerte en una sauna. Pero, en fin, en el supermercado espiritual he visto ya tantas cosas en diez décadas que cómo puedo seguir extrañándome. Pero hay cosas todavía que me espantan. Y una es que ese listo indio pretendiera patentar las tablas de *asanas*, lo que provocó que incluso el Gobierno de la India pusiera el grito en el cielo, puesto que el yoga forma parte del gran legado espiritual del subcontinente. ¿Terminaremos por pretender patentar la oración o la misa cristianas, o las enseñanzas de un Lao Tsé, o las danzas derviches?

Y ya comenzó la larga búsqueda de mentores, *sadhus* y *sannyasins* en Bombay, que entonces era un hervidero de mendigos que dormían por la noche en las calles principales, envueltos en sus harapos de tal manera que parecían muertos en el sudario. Un calor pegajoso, pastoso, casi insoportable, y mil hedores a cual más nauseabundo. Ya empezaba a comprobar que la India ensoñada no era la India real. Me fui al suburbio de Santa Cruz a entrevistar a Sri Yogendra, que estaba bastante de moda, con su imponente aspecto físico y sus largos cabellos blancos, y a su hijo el doctor Jayadeva. Y al punto

comprobé con qué altivez trataban al joven occidental, presuponiendo que era un simple ignorante o un curioso o un irrecuperable diletante. Tardé bastantes horas en demostrarles que no era así, que mis intenciones eran las más sentidas y buenas, que estaba hondamente motivado por el yoga. Pero tuve que amantar estoicamente su despotismo, su trato adusto, su autosuficiencia, hasta que al final me los fui ganando, me invitaron a comer y se dejaron entrevistar.

A partir de ahí me trasladé a una estación de montaña llamada Lonavla, y allí me presenté en el Instituto de Investigaciones Yóguicas de Kaivalyadama y entrevisté a médicos y biólogos, y vi las fosas donde se introducían los yoguis para ser sometidos a pruebas y en las que demostraban su control excepcional sobre la frecuencia cardíaca y el pulso. Habría de volver en sucesivos años para seguir investigando yo a mi vez en sus investigaciones. En mi libro *Yoga, una medicina natural*, aparecen parte de estas investigaciones y trabajos de una docena de médicos de distintas especialidades apoyando el yoga, algunos de ellos alumnos míos por mucho tiempo.

Y de Bombay a Delhi y de Delhi a Calcuta, y Madrás, y Rishikesh y un larguísimo recorrido por el inmenso e inabarcable territorio de la Unión India, siempre con dos magnetófonos auestas, tres cámaras y un buen número de blocs. Adelgazar cinco kilos al menos estaba garantizado. Lo importante era no enfermar, aunque tuve una diarrea de lo lindo en Benarés. La India de entonces no era la de ahora, desde luego. Las comunicaciones eran muy deficientes en todos los órdenes, los hoteles, en cuanto salías de Delhi o Bombay, eran sumamente precarios, y más que todo sórdidos; las dificultades se incrementaban y mucho en cuanto te salías de los circuitos básicamente turísticos, que entonces se centraban en Delhi, Agra y Jaipur. El monzón en Calcuta fue de los más violentos en las últimas décadas y los conductores de los *rickshaws* arrastraban los carritos llegándoles el agua hasta el pecho. La situación en Calcuta, en esos años con gravísimas secuelas tras la Partición, era realmente desastrosa. Un cuarenta por ciento o más de la gente no disponía ni de baño ni de retrete y se aseaba en las fuentes públicas; montones apabullantes de basura estaban por toda la ciudad y los desvalidos escarbaban junto a cuervos y perros husmeadores en ella. Tuve ocasión de ver las escenas más crudas que puedan imaginarse, y sin embargo llegué a amar tanto esa ciudad que habría de volver una veintena de veces. Todas las noches preparaba las preguntas y se las pasaba a Almudena, y otras afloraban durante la conversación. A veces los encuentros

con yoguis y mentores resultaban extenuantes. Pero estábamos recogiendo un material altamente valioso y convirtiéndonos así, como diría Jung, en “intermediarios gnósticos”.

Me alojé por primera vez en el *ashram* La Vida Divina, fundado por el *swami* Sivananda. Fui recibido con los brazos abiertos desde el primer momento, al igual que en posteriores ocasiones, pues incluso me llegaron a alojar en el mismo *kutir* de Sivananda, junto al caudaloso Ganges. Durante días efectuamos intensas entrevistas al sucesor de Sivananda, *swami* Chidananda, que seguí entrevistando en otras muchas ocasiones. También hubo infinidad de preguntas para *swami* Krishnananda, entre los griteríos de los implacables monos, y para *swami* Atmaramananda, que fue secretario personal de Nehru y luego decidió tomar la renuncia; no dejé de entrevistar al que se consideraba entonces el más sagaz *nada-yogui* (yogui del sonido y la disolución del pensamiento a través de este para que se revele el Ser) del mundo: *swami* Nadabrahmananda, que interpretaba la tabla como los dioses y era capaz de producir vibraciones en todo su cuerpo mediante el control de la *kundalini* y el *prana*. Ese intensísimo viaje y parte de las muchas entrevistas llevadas a cabo los plasmé en mi obra *La sabiduría de los grandes yoguis*, que fue muy bien recibida y de la que se hicieron numerosas ediciones. Envié un ejemplar a los entrevistados, y todos quedaron encantados con el trabajo tan intenso que se llevó a cabo, salvando no pocas dificultades, pues en muchas partes al principio se me tomaba por el “bárbaro occidental” de dudosas intenciones o mente sumida en la más densa niebla de la ignorancia. Existía en algunos sectores la idea falsa y dogmática de que el occidental no podía esperar grandes logros en la senda del yoga, o incluso todo aquel que no fuera hindú, como si el Dharma fuera para unos pocos y no para todo aquel que quiera beber de su fuente el néctar de la sapiencia reveladora.

Aproveché ese primer viaje a la India para visitar el valle de Katmandú. Allí seguí con encuentros y entrevistas, parte de ellos a lamas. Fue muy curioso el encuentro con el yogui Harihar Baba. Tenía noticias de que vivía en las afueras de la ciudad de Katmandú, en un lugar llamado Parping, y... allí que me fui a verlo. Llevaba muchos años en una cueva y la gente de las localidades cercanas lo visitaba para pedirle consejo. Estuvimos hablando de temas diversos. Era un viejito realmente pacífico y encantador, de cuerpo escuálido y sonrisa beatífica. Insistía, desde el interior de su cueva –el visitante se quedaba siempre en la entrada–, en la necesidad de recuperar la verdadera naturaleza del ser humano, que es el *atman* y se manifiesta como amor y bondad; hay que escuchar, decía, la voz interior y practicar meditación todos los días para que se

revele la verdad profunda. Ponía el énfasis en que hay que entrenar la mente para que pueda penetrar las apariencias y era muy contundente al decir que la contestación está dentro de uno. Hay que parar por completo al menos media hora al día y esperar la respuesta interior. Aunque hay muchas y variadas formas y apariencias, la verdad divina es una. Como estamos condicionados por los hábitos, hay que crear hábitos positivos y tratar de combatir el apego, porque una vez que tenemos lo suficiente para cubrir nuestras necesidades, no hay que ansiar tener más y más cosas. Aquellos que desean constantemente cosas jamás están satisfechos, y su insatisfacción les sigue de la misma manera que la carreta sigue al buey. El que supera el apego es dueño de todo y, por supuesto, de sí mismo. Hay que saber ver para captar la complementariedad de las cosas y no la confusión del conflicto.

Era muy cariñoso y honesto, y se empeñó en darnos un profundo y prolongado abrazo.

A diferencia de este hombre bueno, sencillo y sabio, también ya desde el primer viaje tuve ocasión de conocer y conectar con gurús de masas, abocados a promoverse como ávidos políticos de poder y riqueza. Se me ha tildado de antigurú, pero no es exacto; más bien soy sumamente precavido y desconfío por sistema de los gurús de masas, pues unos cuantos trataron de “pescarme” y utilizarme cuando comencé a ser conocido en el ámbito del yoga y la literatura espiritual. Siempre me he resistido, así que les he dado con la puerta en sus narices y me he quedado tan a gusto... y libre, gloriosamente independiente. Beso los polvorientos pies de un *sadhu*, pero no creo en la mayoría que se dicen salvadores de Occidente y vienen por nuestras tierras a darnos la sabiduría divina entre alharacas y parafernalias, amparándose en una sólida organización internacional, con su buen departamento de *marketing*. Hay que estar ciego para seguir a estos gurús. Sabio Jesús cuando dice: «Ciegos conduciendo a otros ciegos y todos se despeñarán». Sabio Vivekananda cuando dice: «En cuanto al gurú, al que transmite, hay peligros más grandes todavía. Hay muchos que, aunque están sumergidos en la ignorancia, tienen tal orgullo en su corazón, e imaginan saberlo todo y no se detienen ahí, pues se ofrecen para llevar a otros sobre sus hombros. El mundo está lleno de ellos. Cada uno quiere ser maestro; cada mendigo quiere donar un millón de dólares. Así como son de ridículos estos mendigos, lo son también tales maestros». Y el sabio Ramakrishna añadió: «La gente con un poquito de poder oculto consigue cosas como nombre y fama. Muchos de ellos quieren la profesión de gurús, ganar el reconocimiento de la gente y hacer

discípulos y devotos. La profesión de gurú se parece a la de una prostituta. Es la venta de uno mismo por bagatelas tales como dinero, honor y comodidades materiales».

Por algo Buda insistía en que la Enseñanza es el maestro, y nadie hay por encima de ella.

Y como decía Sri Anirvan, con su gran clarividencia, el gurú es también un obstáculo que hay que salvar. Y era Muktananda el que insistía en la necesidad de poner a prueba siempre al gurú, y quien decía que incluso el *ashram* del gurú debería ser inspeccionado por la policía. La gran mayoría de los gurús de masas quieren sacarte de tu jaula para meterte en la suya; ¡vaya cambio indeseable! Será más fácil salir de la tuya que de las que ellos quieren construirte. El gurú verdadero no necesita autoproclamarse ni darse bombo. ¿Es que acaso el sol necesita hacerlo? ¿Es que acaso una rosa necesita gritar que expande su aroma? ¿O es que la flor tiene que vociferar sobre su néctar para que acudan las abejas? Por algo Ramana era un maestro perfecto, por algo. Me gustaría recordar lo que decía Erich Fromm: «Está muy bien ser inocente, pero no ingenuo».

Cuando años después escribí mi obra, muy controvertida y por la que recibí graves amenazas anónimas, *Verdad y mentira de los gurús*, antes de finalizarla acudí a visitar a Rajneesh, Osho, para entrevistarle. Se negó a recibirme y puso como escudo a un amable joven chileno que era entonces su secretario particular. Acudí también a entrevistar a Sai Baba, y sus guardias, con largos y amenazantes palos en las manos, me echaron a empellones de la carpa donde el gurú milagrero se hallaba. Desde luego, si un gurú es verdadero, puede ser una bendición; pero si es falso, como la mayoría de gurús de masas, a los que les gusta exhibirse más que a una *vedette* y ambicionan el dinero más que si fueran directores de un banco, puede ser una maldición.

Volviendo a Vivekananda, alertaba y mucho, de que hay que protegerse contra ellos. Y, al fin y al cabo, como apunta Nisargadatta: «Tú mismo eres tu último maestro. Tu maestro exterior no es más que una señal indicadora. Solo el maestro interior seguirá contigo a lo largo de todo el camino hacia la meta, porque es la meta».

Acudí presto a visitar a Nisargadatta a su casa en Bombay. Había muerto hacía poco y me entrevisté con su zafio hijo, que me hizo comprender que la sabiduría, desde luego, no se hereda. Era un joven exacerbadamente materialista y que parecía no querer más que recordar la “realización” de su padre para obtener beneficios. Pero aunque no pude conocer a ese hombre singular, siempre recuerdo esa admonición que reza: «Sin amor, todo es mal. La vida misma, sin amor, es un mal».

Debido a la minoría emocional de muchos seres humanos, el pseudogurú toma fuerza, y cada día, incluso en nuestro país, son más los imitadores de esos gurús de masas, pero como mediocres copistas, no llegan a ser más que gurucillos o gurucillas que en su profunda ignorancia no quieren otra cosa que convertirse en caciques y detentar la prerrogativa y el monopolio de la verdad. Discierna el aspirante para no dejarse embaucar. Y si se trata de ir más allá del apego, hay que evitar uno de los apegos más limitadores y condicionantes: el aferramiento al gurú, y mucho más grave aún, obviamente, al “gurucillo” o “gurucilla”. Reflexiónese, aunque sea brevemente, sobre las siguientes palabras del *Mundaka Upanishad*: «Necios que moran en la oscuridad, sabios por su propia infatuación, hinchados de vano conocimiento, dan vueltas y vueltas, tropezando aquí y allí, como ciegos conducidos por ciegos».

5. Cazador de hombres santos

Un año después repetí el viaje a la India en compañía de mi madre, mi hermano Miguel Ángel, su mujer Mari Nieves y Almudena. En mi afán por seguir indagando, cometí el error de hacer que aquel fuera un viaje extremadamente cansado y extenuante, donde todos terminábamos con los nervios rotos. Era de todo menos un viaje de placer. ¡Y la India de entonces no era la de ahora! No había comunicaciones con el exterior y era la época en la que, para sabotear los productos externos y propiciar el consumo de los internos, no se podía, sin enojosos trámites, ni meter una cámara de fotos en el país. Sirva de ejemplo que para poner una conferencia telefónica de Benarés a Madrid demoramos tres días y tres noches. Tras la India, visitaríamos Nepal y Sri Lanka, donde yo seguiría haciendo más y más entrevistas a lamas, *bhikkhus* y mentores. Para mi madre y Mari Nieves, resultaron extraordinariamente duras Calcuta y Benarés. En la primera volví a visitar el templo de Kali, donde la legión de mendigos casi nos vuelca el coche, y el meritorio de la Madre Teresa de Calcuta. También la impresionante mezquita Nakhoda, el primoroso templo jainista y el Museo Nacional. Pero tuve esencial interés en llevar a mi hermano, el poeta, a la casa-museo de Tagore. Para la familia fue un respiradero pasar unos días en el plácido valle de Katmandú, y un paseo por el paraíso terrenal adentrarse en Sri Lanka. Aproveché esta visita para hacer posible mi primer encuentro con Nyanaponika Thera. Explicaré ahora por qué yo llegué hasta este sabio extraordinario alemán, que se ordenó como monje budista muy joven y que cotejaba textos en diversos idiomas, incluido el pali, la lengua en la que se expresaba.

Una tarde, dos años antes, se presenta en el centro de yoga a visitarme un joven alemán, de rostro rubicundo, gestos muy amables y que enseguida pone en mis manos un libro en inglés. Le miro extrañado y expectante. Me explica: «Ramiro, recurro a usted porque ya no sé a quién puedo hacerlo para conseguir que este maravilloso libro se traduzca al castellano y se publique. Es del monje budista Nyanaponika Thera. Es una joya. Por favor, ayude».

Le pido que me lo deje unos días. Es verdaderamente una joya. Hay que editarlo en castellano. Es una obra definitiva sobre el *Satipatthana* o el *Sermón de la Atención* de Buda. Una obra así hay que publicarla cuanto antes, pero la verdad es que se publicaban pocas obras sobre la enseñanza budista y sí algunas biografías de Buda, que yo había leído y releído. Dada mi estrecha relación con Alberto Dálvez, consigo que se publique el libro, y para facilitar los costes se encarga de la traducción Almudena, que cobró algo simbólico; a partir de ahí se convertiría en la traductora de numerosas obras y, por supuesto, de casi todos los libros de Nyanaponika. Nada más leer este me percaté de que Nyanaponika, en su ámbito, era un genio, y acudí a visitarlo la primera vez con Almudena y mi hermano Miguel Ángel (que por acompañarme dejó de ver la bellísima ciudad de Kandy, donde está el venerado templo del Diente del Buda).

Era un sabio, y eso haría que volviera a verlo muchas veces después y que pusiera en marcha la publicación de casi toda su obra en castellano. Vivía en una casita en una jungla, a unos kilómetros de Kandy, llamada Forest Hemitage, un lugar muy bello y apacible. Y allí murió años después; escribí unas palabras en su memoria en la revista que publicaba, y seguirá publicando, la Sociedad de Estudios Budistas, que tiene obras fabulosas, entre otras el *Visuddhi Magga* o *Camino de perfeccionamiento*. Y como nada es casual al parecer, o si lo es, lo disimula muy bien, en una posterior visita conocí al venerable Piyadassi Thera, cuyo libro *El antiguo sendero del Buda* había sido en Inglaterra un superventas. Lo traje a dar un curso de meditación budista a Shadak y se alojó varios días en mi casa, con lo que pude entrevistarle aún más a fondo. En mis sucesivos viajes a Sri Lanka fui entrevistando a los más grandes estudiosos y sabios del Dharma, entre otros, a Ananda Maitreya (considerado un *arahat*), Madihe, Kassapa Thera y Narada Thera, el abad del monasterio de Vajirarama, notable escritor y conferenciante, y que me puso el sobrenombre budista de Rahula y apoyó la creación del Círculo de Estudios Budistas en Madrid, que tomó como sede la de Shadak, y que dio lugar a reuniones e investigaciones y a poder publicar muchas obras cuyos derechos adquirí en la Sociedad de Publicaciones Budistas y cedí desinteresadamente a diversas editoriales.

En ese segundo viaje a la India acompañado de mis familiares, tuvimos ocasión de tener un primer encuentro con varias personas que me conforta recordarlas y que dos de ellas ya han fallecido. Se trataba de tres jesuitas de la Misión Bombay que fueron a la India cuando eran muy jóvenes y se establecieron en Maharashtra, uno de los estados

que por aquel entonces era de los más conflictivos de la India, con un apabullante índice de miseria. Se llamaban Federico Sopeña, Jorge Rivas Espasa y Pedro Julià, que se puso el nombre de Shilananda. A lo largo de años acudiría a encontrarme con ellos. Federico Sopeña vivía en un suburbio de Bombay llamado Andheri East, totalmente consagrado a ayudar a los desvalidos. Estaba sumamente interesado por la meditación *vipassana* y había hecho un intensivo al respecto. A menudo, cuando nos encontrábamos en Bombay y cenábamos en un chino, hablábamos mucho de la esencia del *vipassana*: mirar sin reaccionar; ver sin los condicionamientos de la mente. Me confesó que jamás le había encontrado razón de ser al sufrimiento y que ninguna religión le daba respuesta cierta. Era un formidable trabajador social, y combinaba esta hermosa labor con sus responsabilidades religiosas, pero siempre con un sentido aperturista y ecuménico del que tenían que haber tomado buena nota los papas. En Federico yo veía lo que es la genuina actitud del amor que se irradia en todas las direcciones y sin apego, como un aroma que todo lo impregna. Por su parte, Jorge Rivas Espasa era un hombre muy activo, practicante asiduo de *hatha-yoga* (capaz de mantener minutos y minutos la *asana* sobre la cabeza), muy vital y a la vez de profundo intelecto. *Swami* Shilananda viste como un *sadhu*, con sus prendas anaranjadas, toca el ektara (instrumento de una sola cuerda) y vive cerca de Nasik, una de las ciudades más santas de la India, donde se celebra cada doce años un gran Kumbha Mela. Lleva sesenta años en la India, y parece más indio que el indio más indio. Al poco de llegar a la India recorrió tres mil kilómetros por los Himalayas en bicicleta. Ese relato apasionante aparece en algunas de mis obras sobre la India. Peregrinó con su bicicleta a los santos lugares del Uttarakhand, donde conoció a yoguis y eremitas. Hay una anécdota muy sugerente y hermosa. Al entrar en una cueva se encontró con un yogui que estaba leyendo la *Bhagavad-gita*. Shilananda le propuso que leyera unos párrafos de la *Gita* y él algunos de los Evangelios y que luego comentaran al respecto. El yogui le dijo que así no llegarían a ninguna parte y que lo idóneo era que cada uno dejara en un rincón sus respectivas escrituras, se pusieran a meditar juntos y se hablasen así de corazón a corazón. Ese es el elocuente diálogo del Ser, que está más allá de palabras y conceptos, dogmas o creencias. Con razón, Ramana insistía en que no hay lenguaje más elocuente y poderoso que el del silencio. A él le gustaba callar, y de hecho se le denominó «El Sabio del Silencio».

En uno de mis viajes a la India, que compartí con Almudena, Miguel Fraile, Jorge y Federico, fui hasta la sacrosanta ciudad de Nasik, cuando se estaban celebrando los

primeros días del Kumbha Mela. Fue toda una experiencia caminar codo con codo con Shilananda y que todos los *sadhus* le fueran saludando o incluso tocando sus pies. Penetramos en los campamentos de *sadhus*, los había a miles y de todas las cofradías y tendencias. Años después, con Federico, fui al *ashram* de Osho, que no nos recibió, y entonces él me dijo irónicamente: «No se puede mirar cara a cara a Dios», y nos reímos. Pasado algún tiempo, como siempre se desplazaba en moto por esa fascinante pero a la par caótica metrópolis que es Bombay, tuvo un accidente y le cortaron un pie. Era tan ecuánime que siempre –y se lo decía a él– me recordaba a un monje birmano, y, de hecho, cuando una tarde estuve meditando en Pagán ante las decenas de estupas, no dejaba de representármese en la mente la figura del bueno de Federico.

Por esta época de mi vida iba a aparecer en Shadak un alumno con el que durante años mantendría una comunicación y comunión muy especial. Se trataba de Simon Mundy. Más que conocernos, y como pasa en tales casos, nos re-conocimos al instante y comenzamos enseguida a fraguar una profunda amistad. Aunque de caracteres bastante distintos, teníamos algo en común que nos estrechaba enormemente: nuestro afán desmedido por encontrar realidades supremas y poder ganar un día *moksha*. Ambos éramos unos verdaderos románticos de la búsqueda espiritual, tomando como prototipo y arquetipo al *jivanmukta* o liberado-viviente, que nos parecía lo más deseable que un ser humano pudiera alcanzar. Compartíamos la misma ansia de realización, la misma sensación de que la vida era un tránsito bastante pesado (lo que no quiere decir que no tuviéramos un gran sentido del humor y no disfrutáramos de lo efímero con intensidad), el mismo afán por la literatura espiritual y el mismo anhelo por la India, de la que Victor Hugo dijera: «Es nuestra abuela y la veneramos». Durante años, Simon fue un implacable buscador y practicante de disciplinas espirituales, tan descontento de lo cotidiano y efímero como yo; a veces, también como yo, dando no pocos palos de ciego, pero también, como yo, inquebrantable en su afán de hallar un sentido... o un no sentido. Es inglés, sobrino de un notable escritor de novelas espirituales, como la titulada *Om*, llamado Talbot Mundy. Nuestra muy estrecha y fecunda relación se extendió a lo largo de años, hasta que decidió abandonar Madrid. A sus veintitantos años era casi, debo decirlo, arrebatadoramente apuesto, y muchas alumnas del centro de yoga no sé si terminaban en las clases de concentrarse lo suficiente en su presencia. Era de una elegancia natural, un verdadero *gentleman*, y cuando años después lo conoció mi fraterno amigo Amadeo Solé-Leris, dijo que era un *ariya*, un noble. Su fuerza de

voluntad era impecable y envidiable. Así, no es de extrañar que, además de su trabajo diario y nada fácil, hiciera yoga, meditación, karate, espadas y taichi. Estudiaba tailandés y chino, y hablaba perfectamente castellano, catalán, francés y, obviamente, su lengua natal. Era austero y disciplinado a veces para los que lo conocíamos en demasía. Estoy hablando de cuando ambos teníamos menos de treinta años, siendo yo algún año mayor que él. Asistimos juntos a infinidad de reuniones, conferencias, encuentros espirituales y cenas entre personas con parecidos ideales místicos. Nunca viajamos juntos a Oriente. Él, como yo, recorrió buena parte de Asia, y como yo vivió en la India de entonces, más auténtica y con muchas más dificultades para el viajero. Nunca me “perdonó” (nos reíamos luego por ello) que le enviase a dormir al peor de los chamizos a Kalimpong, y siempre nos poníamos minuciosamente el uno al otro al corriente de nuestros recorridos por la Madre India. Visitó a un *swami* en numerosas ocasiones en la India y viajó con él por las estribaciones himalayas, conociendo así a otros *sadhus*. Era de algún modo su maestro, y le reclamaba buenas sumas de dinero diciéndole: «Todo lo tuyo es mío y todo lo mío es tuyo». Y un día Simon no pudo por menos que contestarle: «Y es que yo lo tengo todo y tú no tienes nada». Este *swami* era Chaitanyanand (cuya larga entrevista con él en Delhi recojo en mi obra *Conversaciones con yoguis*) y poseía grandes conocimientos de yoga y otras tradiciones místicas de Oriente. Por su presencia y su manera de hablar contundente y sin ambages, a menudo me recordaba inevitablemente a Gurdjieff. Una vez que lo visité, cuando yo tenía unos treinta y seis años de edad más o menos, me dijo: «Tienes muchas capacidades, pero como eres muy vehemente tienes que trabajar mucho el *pranayama* y reorientar tus energías hacia lo Alto». Estuvimos hablando mucho tiempo y cuando ya me despedía para irme, me agarró del brazo y me gritó a la cara: «Y deja de perseguir mujeres». Era la época donde tanto Simon como yo y otros de nuestros compañeros en la senda de la realización de sí, todavía ensoñábamos con la mujer mágica, kármica y dhármica, la demiurga que nos diese fuerza, inspiración y aliento en la larga marcha hacia *moksha*. Lo que más nos interesaba en la vida, sin duda, era el yoga, pero tampoco podíamos decir que lo segundo no fuera la mística de lo femenino.

Volviendo a los gnósticos y la Iglesia católica constituida, no es de extrañar la reacción de los primeros, dado que la Iglesia siempre ha brillado por su total ausencia de sentido ecuménico y poner más el acento en las palabras, la norma y el dogma, que en el espíritu. Lo que es muy de lamentar es que aún en nuestros días ese tan cacareado

sentido ecuménico no existe, pero sí el terror de la Iglesia a la diversidad y a la efectividad de otros caminos espirituales. Hay sin duda un sector de misioneros, sacerdotes y monjes luminoso y encomiable, y he conocido buena parte de ellos, sobre todo en la India, pero hay un sector fundamentalista, dogmático y oscuro, donde abundan no pocos catacaldos y mentecatos, obsesionados por las reglas. También he conocido no poco de estos, incluidos, lamentablemente, abades de ódenes que asfixian todo intento de apertura y de real interrelación religiosa o espiritual. Al lector le sonará el nombre del cardenal Ratzinger, pues no puede pasarse por alto, que cuando yo todavía era joven, arremetía, con sentido muy poco ecuménico, contra los movimientos espirituales de Oriente, el yoga y la meditación. En contrapartida ha habido un número surgente de sacerdotes o monjes cristianos que han hallado inspiración en las místicas de la India, Japón o China.

Teníamos un toque de tántricos, pero precisamente por ello cuidábamos que nuestras energías sexuales no se disipasen y pudiéramos convertir parte de ellas en *ojas shakti*. Sin duda, aunque *sannyasin*, también Chaitanyanand tenía algo de tántrico. Cuando Simon le invitó unas semanas a España, rechazaba a las jóvenes que se le insinuaban, pero en cambio tuvo la intrepidez de tocar los traseros de algunas de las amigas de la madre de Simon. No sé si se sobrepasó con una amiga de Simon entonces sumamente atractiva y de notable inteligencia intuitiva, que se llama Inger y que brillaba como astróloga y también estudiosa del *I Ching* y la runas. Inger era más que una astróloga, era una gran estudiosa de tradiciones y una psicoastróloga. No sé si Simon recuerda dos hechos relacionados con Chaitanyanand. Uno de ellos es que le llevaron a comer a un restaurante omnívoro, y aunque él comió vegetariano, empezó allí a sentirse tan mal que se notó enfermo y tuvo que abandonar el lugar. El otro es que cuando estaba subiendo al avión entonó la siguiente canción:

«Si no puedes curar tus enfermedades, ¿cómo vas a curar las enfermedades de otros?

Si no logras alumbrar tu corazón, ¿cómo podrás alumbrar el corazón de los otros?

Si no te conviertes a ti mismo, ¿cómo vas a convertir a los otros?

Nos inclinamos ante los ricos una y otra vez, pero ni una sola vez vamos al templo a inclinarnos ante Dios.

He venido a traer la luz a los ojos de las gentes de Europa, y lo que he conseguido es oscurecer mi propia visión».

Eso es humildad. Hermoso y sincero testimonio.

Cierto día *swami* Chaitanyanand⁸ enfermó de los riñones, seguramente por una antigua afección. No quiso engancharse a la máquina de diálisis y prefirió que la enfermedad siguiera su curso. ¿Es que acaso pensaría, como dijo Buda, que todo lo compuesto no tiende a descomponerse?

La vejez, la enfermedad, la muerte. Los tres mensajeros divinos. Nacemos para morir. Nacer es ya empezar a deslizarse inexorablemente por la rampa hacia la muerte. Y la muerte también estaba al acecho de mi amada madre. También. Pero ella era joven, solo cincuenta y cuatro años de edad. ¿Hay un karma de muerte?, ¿estamos realmente alguna vez preparados para morir? Si tuviéramos a cada momento consciencia de la muerte, no nos dejaríamos atrapar tanto por los embaucamientos de *maya*.

Simon y yo terminaríamos traduciendo (él encargándose más de la traducción propiamente dicha y yo del estilo) los aforismos de Ramana Maharshi, la *Ramana-gita* y el *Sutra del Diamante*, y escribiríamos un libro juntos titulado *Síntesis del budismo*. Trabajábamos sobre nosotros mismos el *vichara* o técnica de autoindagación para apartarse del ego y sentir el ser e ir profundizando más y más en esa sensación pura y desnuda de existir, retrotrayéndose, cuando es necesario, a la pregunta “¿quién soy yo?”, en un ardiente anhelo por saber quién o qué hay detrás de esas vestimentas que son el cuerpo, la mente, y en suma los procesos psicosomáticos. Como instruyen las *Upanishads*, tratar de descubrir quién hace posible la respiración, quién hace posible el pensamiento. Conocer al conocedor. Percibir al perceptor.

Pocos meses después del regreso de este segundo viaje a la India, a mi madre se le descubrió un cáncer. La enorme alfombra que con toda ilusión había comprado en Cachemira nunca fue siquiera sacada de su envoltorio. El despropósito de los médicos se puso de manifiesto. Si ahora hay médicos, como indico en mi obra *En el límite*, que están endiosados, no digamos en aquella época, en la que la “mafia blanca” se veía apoyada por el régimen y no existía posibilidad alguna de cuestionar o denunciar a sus representantes. Todos los médicos fueron fallando en sus procedimientos, y además contradiciéndose entre ellos, pero tanto el doctor Tejerina como el engreído doctor Pérez Modrego cobraron colosales sumas de dinero, sin dejar, no obstante, de presentarse siempre como si fueran deidades que te hacen un favor descendiendo al terreno humano. Entonces los médicos, incluso los privados y muy caros, siempre trataban al enfermo desde la verticalidad y no desde la horizontalidad. Las cosas, por fortuna, van cambiando. Mi madre fue operada, radiada y sometida a dosis brutales de quimioterapia.

Según unos médicos, la operación era lo oportuno; según otros, había sido un error lamentable. La víctima era ella. Demostró una enorme fortaleza y una gran dignidad; por entonces no había nada de cuidados paliativos, y encima los médicos, absurdamente, aun cuando alguien se estuviese muriendo, se negaban incluso a administrarle siquiera un Valium. Estaba muriéndose y solo estaba pendiente de la tristeza de sus hijos. Le dijo a la enfermera días antes de morir: «Ojalá esto acabe pronto para liberar a mis hijos». Le pregunté si temía a la muerte y me dijo que no. Le dije que había sido la mejor madre del mundo. Murió silente, con la dignidad con que se van de esta vida los animales; fue una madrugada, y mantuvo hasta el último momento en sus ojos la belleza y la ternura que siempre habían destellado en ellos. Ni creo ni no creo en la reencarnación, ni es tema que me ocupe ni preocupe, pues lo que hay es que llenar el “minuto de sesenta segundos” y vivir cada momento como si fuera el primero y el último, sabiendo asir y soltar. Lo que menos querría volver es al *samsara*, ¡vaya gracia que me trajeran!, pero volvería a recorrer la cenagosa ruta de otra vida si tuviera la esperanza de hallar a mi madre. ¡O de mil vidas!

Una o dos veces al año seguí viajando a la India. Se nos sumó en algunos viajes Miguel Fraile, y, posteriormente, él y yo hicimos algunos viajes juntos y solos. ¡Menudas palizas nos dábamos! Sobre todo el recorrido inacabable de casi todo el Rajastán en un viejo y renqueante Ambassador, a más de cuarenta y cinco grados de temperatura. Fui así tratando de visitar hasta el último rincón de la India, pero mi principal motivación seguía siendo peregrinar a lugares sagrados, visitar *ashrams*, conocer centros de yogoterapia, acceder a remotos santuarios y asistir a festivales religiosos. No dejaba de hacerlo. Me convertí en un “cazador” de hombres santos. Dondequiera que hubiera un yogui, un eremita, un ermitaño, un *sannyasin* o un mentor, allí me desplazaba. También combinaba la India con otros países de Asia, sintiendo especial predilección desde el primer momento por el antiguo Ceilán, Sri Lanka, que ya Marco Polo señaló como un paraíso sobre la tierra y donde la cultura es predominantemente budista. Allí he entrevistado, como ya he referido, a muchos monjes y sabios budistas, y muchas de esas charlas se han incluido en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas*.

Asimismo, comencé a viajar por Europa en busca de especialistas y mentores. En Londres entrevisté a Walpola Rahula, el venerable H. Saddhatissa (con el que cimenté una gran amistad) y Christmas Humphreys; en Francia a *swami* Ritajananda, y en Italia a

Pio Filippini Ronconi y a Amadeo Solé-Leris. No logré entrevistar a Giuseppe Tucci, con el que me cartee y quien me envió dedicadas sus obras; pero sí visité el Instituto Ismeo. Tanto como me hubiera gustado entrevistar a Tucci, me hubiera gustado hacerlo con Krishnamurti. Se dio la fatalidad de que después de haberme conseguido su hombre de confianza en Hispanoamérica un encuentro con él, no pude asistir. Lo mismo me pasó con el Dalái Lama[¶] la primera vez, pero luego pudimos encontrarnos para una prolongada entrevista. Sin embargo, mi amigo Simon Mundy se cruzó con Krishnamurti, pocos meses antes de que muriera de cáncer, mientras paseaba por la playa de Madrás. Dice que lo miró de tal modo que nunca podrá olvidar esa mirada que se cruzó con la suya. Krishnamurti era un hombre con gran lucidez, pero no tuvo tanta como para darse cuenta de que sin un *sadhana* el noventa y nueve por ciento de las personas no pueden progresar en la senda de la evolución de la consciencia. Como él había conseguido prescindir de metodología (que no de *sadhana*, puesto que utilizaba como tal la reflexión lúcida, la contemplación sin reacción y la meditación *vipassana* sin reglar), creía que los demás podían hacerlo. Imposible. También hay músicos, como Beethoven o Mozart, con un don espontáneo para la música, pero no es lo común. Esa era una laguna de Krishnamurti, pero en cambio su “alergia” a lo instituido, que tildaba como putrescible, y a los gurús de masas eran algunos de sus muchos aciertos. Al parecer se “desesperaba” porque ni los más próximos lograban comprenderlo, o él no lograba comprenderlos a ellos.

Parece ser que cuando le diagnosticaron el cáncer se llevó las manos a la cabeza –a pesar de su ya muy avanzada edad– y se preguntó qué había hecho para que eso sucediera. Hay una especie de “superstición” que induce a muchos buscadores espirituales a creer que si uno sigue una vida impecablemente pura –es vegetariano, no se estresa– es imposible tener cáncer. Cuando se enteran de que alguien de esas características lo ha tenido, se quedan estupefactos. Es un enfoque incorrecto. La enfermedad, como decía Ramana, es el cuerpo mismo, y es cuestión de tiempo que se presente. Un iluminado también tiene que cumplir sus necesidades fisiológicas y soportar, si llega, el dolor de muelas. Buda murió de una disentería y la consecuente y nada romántica diarrea. Ramakrishna murió de un cáncer en la garganta y Ramana, de uno en el hombro. La Nueva Era ha dado una idea falsa, y puerilmente idealizada, de lo que es un iluminado. Un iluminado no está libre del dolor; pero tiene la capacidad de no

añadir sufrimiento al sufrimiento, es decir, de no sumar a la sensación física la sensación mental. Léase el sermón del *Dardo del Buda*. Sumamente ilustrativo.

No quiero dejar de referir mis encuentros con Amadeo Solé-Leris y Pio Filippani Ronconi, pues son dos personas con profundos conocimientos y que han hecho notables aportaciones. Empezaré por el bueno de Amadeo, ya que gracias a él llegué al profesor Filippani.

Pues resulta –y seguimos con la red que decía Watts– que tras venir el muchacho alemán a pedirme que facilitara la traducción y publicación de *El corazón de la meditación budista*, de Nyanaponika Thera, el venerable pidió que Amadeo Solé-Leris revisara la traducción de Almudena, pues como traductor de pali y experto en sermones de Buda, podría ver si era más conveniente un término u otro en la traslación de los vocablos pali. Por ejemplo, fue Amadeo quien propondría que la palabra *vipassana* se tradujera como “visión cabal”, cuando las obras de autores franceses sobre budismo traducían el término como “visión penetrativa” o “visión justa”, en inglés *insight*. Simon Mundy y yo estuvimos tratando de encontrar una sola palabra para *vipassana*, en lugar de dos, pero no la hayamos, pues “intravisión” no era de lo más oportuno. Almudena y Amadeo se pusieron en contacto. Él ya conocía bien tanto a Nyanaponika como al mentor de meditación *vipassana* Goenka. Y así también yo comencé a escribirme fluidamente con Amadeo. Era traductor de la FAO y un estudioso irreductible de las enseñanzas budistas. Conseguí que una editorial española publicase su versión de *La palabra de Buda*, y la Editorial Kairós publicó, con gran acierto, un volumen con enjundiosos sermones atribuidos a Buda. También publicó, entre una y otra obra, su fabuloso manual de meditación budista.

Cada vez que venía Amadeo a Madrid, nos veíamos, y las veces que yo iba a Roma, me alojaba generosamente en su preciosa casa campestre que llamaba La Vigna. Así tuvimos ocasión de hablar largamente, tanto en Roma como en Madrid. Él me acompañó a visitar el instituto orientalista Ismeo, y las veces que acudí a verlo a Roma siempre fue un excepcional anfitrión y me enseñó toda la ciudad en su antiguo escarabajo descapotable. También él vino varias veces a Madrid. Nunca dejábamos de tener profundas y extensas conversaciones sobre el *Dharma* y lo entrevisté para incluir sus sabias opiniones en algunos de mis libros, como en el titulado *El budismo viviente*. Él se encargó, junto con Abraham Vélez, de traducir al castellano el *Majjhima Nikaya* o *Discursos medios del Buda*.

En el jardín de su encantadora casa en la campiña, Amadeo y yo investigábamos las enseñanzas de Buda. Yo le asaeteaba a preguntas y más preguntas. También le daba mis puntos de vista según mi propia investigación. Quedó muy satisfecho con una de mis apreciaciones respecto a cuando en el *Satipatthana* se dice que el meditador contempla el cuerpo por dentro y por fuera, y por dentro y por fuera a la vez. También se puede decir internamente y externamente. Una de las versiones al respecto es que el meditador comienza por percibir las sensaciones más externas o superficiales para luego seguir con las más profundas e internas, y luego con unas y otras. Otra de las versiones tradicionales (ambas se complementan) nos dice que se trata de contemplar los fenómenos en uno mismo (internamente) y en los otros (externamente), y en uno y en los otros. Y en su libro formidable *La meditación budista*, uno de los más preciosos manuales que al respecto se han escrito nunca, Amadeo recoge mi versión particular tras larga investigación del tema y dice:

Una tercera interpretación, notable por lo sutil, que viene a unirse a las dos tradicionales, enriqueciéndolas, ha sido propuesta recientemente por el profesor Ramiro Calle. Según este enfoque, “por dentro” y “por fuera” se referirían a distintos niveles existenciales de la práctica meditativa. Cuando se contempla “por dentro”, se está en el primer nivel, el nivel que en la vida corriente llamamos subjetivo: el meditador tiene consciencia de “yo estoy contemplando el cuerpo” (o más adelante las sensaciones, etc.). Al progresar la desidentificación de este “yo” ilusorio, se consigue la contemplación objetiva, es decir que el acto de observar ya no viene identificado con un “yo”, sino que es vivido “por fuera”, como proceso observante que tiene por objeto un proceso observado (cuerpo, sensaciones, etc.). Finalmente, aún esta dualidad observante/observado desaparece: “por dentro y por fuera a la vez” denota entonces la simultaneidad de aspectos de una única vivencia contemplativa, en la que ya no hay distinción sujeto/objeto.

Yo estaba muy interesado en las conversaciones que manteníamos sobre el *arahat* o iluminado. Me explicó:

La vivencia del *arahat* se caracteriza como una experiencia de liberación radical por transformación de las estructuras de la consciencia, que produce un estado que es real, estable y profundamente positivo, y que se distingue por pura funcionalidad de un modo de existir en paz y libertad incommovibles, con una visión cabal (*vipassana*) de la existencia.

Y cuando hablamos del nirvana, me dijo:

Es indefinible, como sabe muy bien, por la sencilla razón de que es algo que rebasa todas las categorías lógico-verbales que utilizamos para definir o describir las cosas. El *arahat* es el que ha alcanzado la meta definitiva del esfuerzo de realización, o sea, el nirvana. El *arahat* es quien aniquila todas las corrupciones y rompe las

ataduras del vivir, liberándose por el perfecto conocimiento. Para llegar a ello se requiere un prolongado esfuerzo de disciplina ética y prácticas meditativas adecuadas, que son, en efecto, un método concreto de trabajo para ir depurando nuestros procesos psíquicos habituales, y llegar finalmente a superarlos.

A lo largo de tantos años de trabajo interior, con sus venturas y desventuras, sus inevitables altibajos, euforias y desconsuelos, he comprobado hasta qué punto es extremadamente difícil liberarnos de los condicionamientos psíquicos y superar viejos patrones y pautas, así como reacciones emocionales fosilizadas, para poder convertirse en uno mismo, libre de los hábitos internos y de las rutinas psicológicas, que nos hacen entrar en un surco repetitivo de consciencia que fosiliza los modelos de pensamiento que crean sufrimiento y reactivan los llamados *samskaras* (en el budismo *shankaras*) o tendencias e impresiones subliminales, que nos mantienen encadenados y perpetúan *ad infinitum* la ignorancia como no desmantelamos todo ese proceso, mediante el autoconocimiento y la transformación interior, aprendiendo a tirar por la borda nuestra vieja, herida y condicionada psicología, para poder recuperar una renovada y sana a cada momento. Al final, el peor obstáculo o el más difícil de superar está en uno mismo. Desaprender para aprender y seguir desaprendiendo, para lo que necesariamente, se diga lo que se diga, se requiere un entrenamiento o disciplina.

Como yo no cejaba en mi empeño, casi ya voraz, de entrevistar a eruditos, mentores y gente relacionada con la senda hacia la Sabiduría, Amadeo me hizo la gestión para poder visitar a un amigo suyo llamado Pio Filippini Ronconi. He conocido pocos personajes tan singulares como él, pero antes de entrar en otros detalles permítaseme poner al corriente al lector sobre el profesor Filippini, porque de verdad que merece la pena. Quise traerlo a España y que diera conferencias en el centro de yoga y que incluso Fernando Sánchez Dragó le hiciera alguna entrevista en su espacio televisivo, pero la cosa se fue retrasando y, ya sabemos, otra vez: *tempus fugit*.

Dos veces entrevisté a Pio, largamente, pero me hubiera pasado días y días con él, como con Rafael. Antes que nada voy a contar que acababa de llegar a la casa del profesor cuando al poco, muy al poco, de abrirme la puerta, me hizo una llave de aikido y me llevó hasta el suelo. ¡Esto sí que era un *koan*! ¡Vaya sorpresa! Me incorporó y nos estrechamos la mano, mientras decía:

—Luché en trincheras en la guerra mundial. Soy experto en aikido.

—¡Y muy hábil! —exclamé balbuciente y apartándome de él, no fuera a repetir el *koan*.

Ya me había prevenido Amadeo de que el profesor se expresaba en castellano bastante antiguo. Era un hombre alto y de notable apostura a pesar de su edad, con un aire de caballero medieval. Una de sus abuelas era india y la otra, española. Nació en el seno de una familia aristócrata italiana en Madrid. Cuando su madre fue fusilada por los republicanos, la familia se fue a Italia. Tanto en orientalismo como en el campo de la historia de las religiones está considerado seguramente el mayor especialista que ha habido en Italia, sobre todo en el terreno del tantrismo y el chamanismo. Su figura ha sido políticamente muy controvertida, pues de joven perteneció a las SS en Italia. Antes de ello combatió en Libia y fue distinguido con diversas medallas. Era cinturón negro de yudo y se sacó el de aikido a la edad de ochenta y dos años.

Me metió en su despacho, congestionado de libros, y me mostró algunos de los escritos por él. Era un insuperable políglota, pues dominaba no solo el sánscrito, el árabe, el turco y otros idiomas, sino incluso varios dialectos indios y chinos. También hablaba el gallego, el euskera, el antiguo escandinavo y el hebreo, hasta un total de veintidós idiomas. Su cabeza en ese sentido era prodigiosa. Hizo amistad con Julius Evola y formó parte del Grupo Ur. Se identificó mucho con la antroposofía y puso en práctica muchas de las enseñanzas de su fundador, Steiner, pero no quiso afiliarse a la sociedad y optó por la independencia, e incluso por elaborar sus propias ideas teosóficas. Murió en 2010, y se celebró, como él había acordado en vida, un rito ortodoxo por su espíritu.

La primera vez que me encontré con él y me hizo tan exótico recibimiento, acababa yo de llegar de la India, de entrevistar a diversos mentores espirituales, habiendo encontrado no pocos que eran, o simples embaucadores, o simples mentecatos. Le pregunté respecto a los gurús falsos y me dijo: «Los discípulos ciegos alimentan al adversario, que es el pseudogurú, quien, a su vez, es el que alimenta al adversario que está dentro de nosotros, ese “dios” que está obsesionado por la materia y nos permite ver los semblantes pétreos de la materia, impidiéndonos ver lo real y creando un ente colectivo que impide el nacimiento del ser. Y opino que sería mejor que esos discípulos ciegos se fueran a ver a su párroco, pero resulta que rompen con sus tradiciones para nada. Han nacido libres y se vuelven esclavos. No hay caminos fáciles, no los hay, y solo los falsos gurús dicen lo contrario. Y me remito a las palabras de la *Katha Upanishad*: “Levantaos, despertaos, conquistad los dones y comprendedlos. El camino que ha mostrado el sabio es afilado como un navaja, difícil de recorrer e inaccesible”».

Él estaba persuadido de que Occidente se convertiría en custodio del *Dharma*, y, recuperado, lo devolvería a la India. Me aseveró: «Yo estoy convencido del papel fundamental de Occidente en la restauración del *Dharma*, aunque surgirán legiones de charlatanes y falsos profetas que pretenderán liberar lo que ya está libre y querrán llevarnos a la libertad por falsos derroteros».

En nuestro segundo encuentro hablamos mucho del tantra, la Shakti, la *kundalini* y el control del pensamiento. Estaba transido de amor hacia la Shakti, y se reflejaba en su mirada y en la expresión de su rostro, cuando embelesado me dijo: «¡Oh, la Shakti! No me haga hablar de ella, porque es una cosa... –suspiró– que no es una cosa. ¡La Shakti! Iba una vez por una callejuela de una ciudad de la India y un monje me metió en la boca un trocito de *prasad* [“alimento bendecido”] y entonces sentí a la Shakti despertando en lo más profundo de mí. ¡Oh la Shakti, la diosa!».

Abiertamente le pregunté en qué medida la retención del semen ayuda en el desarrollo superior, y me contestó: «No ayuda de ninguna manera si no va acompañada por una real contención del pensamiento. Es necesario realizar previamente la contención del pensamiento, y entonces esa retención sí facilita la obtención del átomo del semen y que el espermatozoide ascienda al entrecejo. El semen tiene significado en cuanto vuelve a ser pensamiento puro, que es Shakti. Las *Upanishads* describen a los yoguis como aquellos que han llevado el semen a lo alto. Ellos logran, así, una reinversión de toda la energía. Lo malo es que muchas veces se realizan esas operaciones sin sus implicaciones espirituales. Pero esos son magos, hacedores de portentos, no son en absoluto yoguis, sino que son personas que se anclan así en su pobre naturaleza, no salen de ella y no penetran nunca la gran natura, la gran madre. Ellos no evolucionan».

Pio Filippini Ronconi me firmó varias de sus obras, con las que me obsequió, y me regaló un librito sobre la espiritualidad india que he leído innumerables veces. Me seguí escribiendo con él.

Nunca cesaban por esa época las actividades espirituales en Shadak, aparte de las clases que periódicamente impartíamos durante un buen número de horas todos los días. Traíamos especialistas en budismo, psicología, medicina, hinduismo, budismo tibetano, yoga... Entre las personas que vinieron a darnos una conferencia, tanto orientales como occidentales, se encontraba Miguel Serrano, del que más adelante me enteraría de cosas

que no iban a gustarme nada, como su afición a la doctrina nazi, lo que me llevaría a cortar tajantemente mi relación con él.

6. *Satchidananda*

Mi buen amigo Jai Singh Bika me llamaba Rama porque decía que mi destino, mi karma, me impelía a ser, como aquel, un difusor de las enseñanzas. Pues, como Pio Filippini Ronconi, Jai Singh Bika tenía un don –como también lo tuviera Mircea Eliade–: la capacidad de hablar numerosas lenguas, entre ellas y además del inglés, el castellano, el hindi y el italiano, otras de la India y también el tibetano y el sikkinés. Era una bella persona y pertenecía a una familia de maharajás venida muy a menos, o dicho de otra manera, era la rama pobre de los Bika. Su hija fue solicitada por un joven muy acaudalado, que hubiera puesto fin a las penurias familiares, pero el malhadado astrólogo no vio favorables aspectos para los jóvenes al examinar sus respectivos horóscopos, con lo que la ansiada boda no se celebró y yo me quedé colgado con mi regalo de bodas. Así que Jai Singh Bika continuó el resto de sus días haciendo de guía, el mejor guía que he tenido en la India, que me acompañó en mis largos recorridos por el país durante mis pesquisas espirituales. Tuvo durante años un papel muy importante en beneficio de mi búsqueda, puesto que, por un lado, me conseguía entrevistas con mentores de diversas tradiciones y, por otro, me servía de intérprete con lamas, eremitas, *sannyasins* y un largo etcétera. Si en otra vida debo seguir siendo un “cazador de hombres santos”, ojalá que vuelva a encontrarme con este hombre de gran corazón y formidable motivación espiritual. Hacía su trabajo con enorme dedicación y amor, como un karma-yogui haciendo lo mejor que puede en cada momento y circunstancia, por amor a la obra en sí misma y no por sus frutos. Unas veces podía acompañarme en mis entrevistas y otras, obviamente, al alejarme en exceso de Delhi, donde estaba establecido, no podía hacerlo. No pudo estar en mi encuentro de casi cinco horas con el Dalái Lama.

En mi primer viaje a la India, por una serie de equívocos, di plantón al Dalái Lama. En mi tercer viaje, fue el monzón, implacable, el que me impidió asistir a nuestra cita. Pero ¿no dicen aquello de que a la tercera va la vencida? Pues lo intenté de nuevo más

adelante, en otro viaje, y lo conseguí. Viajé hasta Manali y allí pasé la Nochevieja en un miserable bungaló donde por regatear se negaban a encender una estufa de petróleo. Un par de días en Manali, y de allí en automóvil, por una fantástica ruta entre parajes hermosísimos, del valle de Kulu al valle de Kangra, pasando por el pueblecito medieval de Mandi. He hecho esta ruta una veintena de veces y nunca me canso, a pesar de que en la época de los monzones he soportado infinidad de desprendimientos y cortes de carretera. Pero soy un fanático de la muy peligrosa carretera de la India porque me permite ir viendo infinidad de detalles y siempre está abierta a la sorpresa. He hecho decenas y decenas de miles de kilómetros por el inmenso territorio de ese país. Cómo he podido sobrevivir, ni lo sé.

Pues bien, la mañana en que me tocaba ir a entrevistar al Dalái Lama, y aunque no era la época del monzón, comenzó a diluviar como si el mundo amenazara con acabarse, desencadenándose un tremendo vendaval. Con gran afecto, me recibió el Dalái Lama, siempre con su amplia sonrisa. Como no tengo especial mano para los aparatos electrónicos, ni nunca me han interesado en lo más mínimo, he aquí que saco uno de mis magnetófonos y se bloquea; recorro al otro, y lo mismo; el secretario del Dalái Lama saca entonces uno suyo y se atasca. Menos mal que al final, con la cuarta grabadora, conseguimos empezar a recoger la entrevista que le hice a Su Santidad a lo largo de cuatro horas. Con la ruptura sistemática de las máquinas el Dalái Lama se lo pasó de lo lindo, y no dejó de reírse con su buen sentido del humor. Claro que el Dalái Lama de entonces no era el de tiempos después, como he dejado claro en mi obra *La otra India*. Sin que dejara de diluviar, fue respondiendo a todas mis preguntas, de los temas más variados, pero en su mayoría de carácter espiritual. De vez en cuando nos apretábamos las manos, empáticamente, mientras ambos tratábamos de indagar en aspectos muy importantes del budismo *mahayana* tibetano. Al finalizar el prolongado encuentro, me dijo: «Sé que usted tiene un centro al que la gente acude a practicar yoga. En nuestras vidas diarias, nuestras mentes tienen que tomar decisiones muy diversas y es muy útil e interesante formar la mente con el yoga. Para aquellos que practican yoga y que quieren repetir un mantra de acuerdo con el budismo, es conveniente que recuerden que la raíz principal de todos los mantras es el mantra de las tres sílabas que combinan los sonidos *Om Ah Hum*, y el recitarlo es de gran utilidad y su sentido es el siguiente: el *Om* representa nuestro cuerpo, el cuerpo del ser superior, del mismo Buda. *Ah* representa la palabra y también a los seres superiores, y *Hum* representa nuestras mentes y la mente de

seres de grado menos superior. Así que recitar el mantra *Om Ah Hum* ayudará a purificar el pensamiento, la palabra y las obras, además de plantar la semilla para un desarrollo ulterior. Así pues, espero que le sea útil la recitación de este mantra y concluyo con muchos saludos y hago plegarias y votos por el éxito de su centro de yoga».

Unos meses después escribí la obrita *El Dalái Lama: su vida, su enseñanza, su mensaje*.

Se sucedían los viajes a la India, y de vez en cuando a otros países de Asia, pero la India me imantaba, me llamaba desde la lejanía cuando estaba en mi país, me requería como la amada que no está dispuesta a dejarse olvidar por su amado. He escrito una docena de libros sobre mi segunda patria, sobre ese país en el que he conocido mis mejores y peores estados de ánimo, la exaltación y el abatimiento, la plenitud y la vaciedad. Y en aquellos primeros viajes, aunque no evitaba, ni mucho menos, conocer los inspiradores lugares de la India y sus fabulosos monumentos o sus ciudades más singulares, si tenía ocasión, todo mi interés se centraba en esa búsqueda de personas que pudieran verterme conocimientos y métodos para completar la evolución de la consciencia y seguir las sendas de la transformación y la realización de uno mismo. A veces, esa implacable búsqueda era siguiendo las rutas himalayas; otras la llevaba a cabo en las localidades más santas del país, como Hardwar, Puri, Rishikesh, Madurai, Benarés o Rameshwaram; otras, en las grandes ciudades, como Madrás, Calcuta, Bombay o la misma Delhi. Y fue en esta última donde conocí a muy curiosos mentores, como el doctor Mehta, o maestros endiosados e impostores como Dharendra Brahmachari (el gurú de Nehru y de Indira Gandhi, acusado de corrupción y fuga de divisas, entre otros cargos), o a los *swamis* Chaitanyanand o Subrotananda, o a lamas como Longsan, o a maestros jainas como Sunil. A mí me daba igual si los maestros, yoguis o preceptores espirituales estaban en Bombay o en el cabo Comorín, en Tiruchiparapali o en Gangotri, en el Rajastán o en Tamil Nadu, en Almora o en Ujjain, pues allí donde había un maestro, allí que iba yo con todo mi entusiasmo, a veces en un grado total, empero, de agotamiento, para sentarme a sus pies y preguntarle: «¿Qué es la sabiduría?», «¿Cómo debilitar el ego?», «¿Cuáles son las mejores técnicas de meditación?», «¿Por qué el sufrimiento?», «¿Puede superar el apego?», «¿Es posible en la sociedad hallar el conocimiento supremo?», «¿Cómo drenar el inconsciente y renovar la psicología?», «¿Se pueden superar los trastornos psíquicos con la meditación?», «¿Hay que ir más allá del pensamiento para

aprehender el Ser?» Y cientos de preguntas más, sin regatear medios, ni tiempo, ni esfuerzos, ni motivación, pues yo no dejaba de buscar santos o menos santos, topándome con gentes verdaderamente de espíritu y toda suerte de falsarios. Pero trataba de sacar conocimientos de unos y de otros, y me sentaba horas en silencio en los *sat-sangs*, a la espera de que el estado de bienaventuranza se dejase paladear, aunque fuera por unos instantes. Por esos instantes lo daba todo, como aquellos que viví en diferentes ocasiones, con plenitud inusitada, en el *sat-sang* de la noche que se celebraba, hace muchos años, en una sala del *ashram* La Vida Divina, con treinta o cuarenta *swamis*, con la presencia de Chidananda, Krishnananda y Nada Brahmamanda. Allí, en esas noches tibias, lejos del mundanal ruido, muy cerca de donde fluye el sagrado Ganges, yo lograba en esa atmósfera de paz silenciar mi ruidosa mente y deleitarme con un estado de inefable cosmicidad. Pero aun esos elevados estados de consciencia no transforman radicalmente ni eliminan por completo la ignorancia de la mente, ni todas sus corrupciones, e incluso pueden desatar insano apego que estanca al individuo, porque no busca más allá y se queda en ellos absorto como la abeja en la miel, incluso convirtiendo esos estados en un placebo o una fuga. Y no pocos creen que eso es todo, y se enganchan a esos estados como adictos, sin percatarse de que son una fase intermedia y hay que ir mucho más allá.

Y recibo la noticia estimulante de que el que fuera el médico y confidente personal de Mahatma Gandhi me va a recibir y a prestarse a toda clase de preguntas. Se ha convertido en mentor espiritual. ¡Uno más! Estoy contento de poder conocerlo. Es un honor estar al lado del que tantas veces cuidó de la salud de Gandhi, a veces muy resentida por sus largos ayunos, aunque él era un atleta del ayuno como otros lo son de las carreras de fondo. Yo había leído de niño tantas veces sobre Gandhi que de alguna manera conocer a su médico personal era como trazar un vínculo con el Mahatma.

El doctor Metha se hace llamar por sus seguidores Dadaji y regenta la organización espiritual Los Servidores de Dios. Acudo a un piso en una casa moderna en una de las principales arterias de Nueva Delhi, y cuando llego, veo que hay un buen número de personas en el salón del piso, en su mayoría fervientes devotos del médico. Me reciben la esposa y el hijo de Dadaji. Se trataba de un joven muy amable y solícito, bien diferente, desde luego, a uno de los hijos que conocí de Nisargadatta, antipático, desabrido y materialista hasta las raíces, que ponía claramente en evidencia que la sabiduría no se hereda. Se iba a celebrar un ágape sagrado. Entró, ante el perfecto

silencio que de repente se hizo, el maestro. Caminaba muy lentamente. Era alto y de prominente estómago, ataviado con una túnica amarilla y con el cabello totalmente encanecido recogido en un moñete en la cima de la cabeza. Por lo que yo había escuchado antes de que entrara con solemnidad en el salón y se sentara a la cabecera de una gran mesa, era una mezcla entre gurú cristiano y gurú hindú, y de hecho su enseñanza, aunque basada en los principios hindúes, también hacía referencias a Jesús. Nos sentamos todos, en profundo silencio, en la sala que hacía las veces de refectorio. Con un gesto de cabeza, me saludó con solemne cortesía y yo junte las palmas de las manos a la altura del pecho para corresponder con el saludo típicamente indio. La comida era vegetariana y muy sabrosa, sin exceso de picante y en abundancia. Tras agradecer los alimentos, comimos en silencio. Había que ingerir los alimentos con respeto y agradecimiento, conscientemente.

Después de celebrarse el ágape, Dadaji se dispuso a contestar todas mis preguntas. Las encadené una tras otra. Antes de despedirme le pregunté por el grado de evolución espiritual de Gandhi, y dijo: «Gandhi, como él mismo declaró, no buscaba un camino espiritual. Era un buscador de la verdad, pero la muerte lo sorprendió antes de que pudiera obtenerla. Murió antes de liberarse, y si ahora está o no liberado, eso solo puede decirlo alguien que haya abierto el ojo interno de la verdad».

A lo largo de muchos años convertí Delhi, en mis incesantes visitas, en un escenario de búsqueda, donde encontré a gentes muy interesantes de todas las tradiciones, y también a gurús muy pagados de sí mismos, como era el caso de Dharendra Brahmachari, insoportable, pero al que arranqué un buen número de respuestas a mis preguntas. Era el gurú personal de Indira Gandhi, como lo había sido de Nehru, y fue acusado de corrupción y fuga de divisas. Había llegado a ser muy poderoso y se le consideraba el “Rasputín” de la primera ministra.

Cada vez que visitaba Delhi, trataba de comer y dar un largo paseo con el jesuita Jorge Gispert Sauch, nacido en Cataluña y que llevaba muchísimos años en la India. Era un hombre muy sereno, con aspecto de gran intelectual, preciso en su hablar, de mirada inteligente, comedido en sus gestos. Era jesuita de la Misión Bombay, licenciado en Filosofía y en sánscrito (con pali y cultura india como subsidiarios), doctor en Teología y profesor de Teología e Indología en la Facultad de Vidyajyoti de Delhi, así como autor de numerosos estudios de Teología e Indología. Estaba especializado en la doctrina del

ananda o gozo, y me insistía en que lo Absoluto, en su forma más despersonalizada o impersonal, no podía ser otra cosa que *Satchidananda*: Ser-Conocimiento-Gozo. Me decía que lo Absoluto reside en la cueva del corazón y que mediante la experiencia del gozo puro se manifiesta Aquel. Hay que ir logrando el conocimiento interior, yendo más y más hacia dentro, en esa larga peregrinación hacia la “cueva del corazón” y llegar a la “realidad realísima”, lo último de lo último, el Ser que se expresa como dicha inmensa. Es el retorno a lo Uno fundamental, una plenitud inmensa e insospechada que embarga a la persona y la hace tomar consciencia de lo que nunca dejó de ser. La consciencia liberada experimenta un gozo indescriptible, y para darme una pista al respecto –me explicaba Gispert Sauch–, los maestros han recurrido a lo que podríamos llamar “botones de muestra”. Y me ponía como símiles el sueño profundo sin ensueños, donde hay un sentimiento de unidad, pero inconsciente, y la experiencia del éxtasis sexual, que, empero y con ser intensa, es solo un atisbo de lo que es en realidad el gozo (*ananda*) del trance místico y la liberación. Cuando se cubre el trayecto de vuelta al Origen, el *atman*, como el brahmán, se convierte en el núcleo mismo de todo lo existente y no existente, o lo que va más allá de lo existente y lo no existente y ni lo existente ni lo no existente. La gran paradoja ha quedado resuelta. Eso es *moksha*. Ese es el gozo que intuí desde niño y busqué sin descanso.

Jorge me acompañó a visitar, en una ocasión, a *swami* Chaitanyanand, a la sede principal de una organización de *sadhus* (hasta los *sadhus* se organizan) llamada Sadhu Bharat Samaj, donde a lo largo de años entrevisté para mis obras a varios de ellos. El encuentro con el *swami* fue muy prolongado y la entrevista, por tanto, muy intensa. Se ha recogido todo ella en mi obra *Conversaciones con yoguis*. Como había tantos mitos en Occidente, entre ellos el denominado “tercer ojo”, sobre todo tras el libro del supuesto lama Lobsang Rampa (que era un inglés llamado Cyril Hoskin, que jamás visito el Tíbet), le pregunté al respecto, y repuso: «El tercer ojo es la intuición. Según el yoga, corresponde al *ajna chakra*. El *ajna chakra*, a la altura del entrecejo, es el tercer ojo. Cuando dicho *chakra* se reactiva, esto es, cuando se abre o despierta, entonces la mente recibe un determinado tipo de poder. Puede dominar cualquier cosa. Para despertar este *chakra* se requiere la meditación en su más alto grado. Cuando se consigue trascender al conocedor, el conocimiento y lo conocido, es decir, cuando el meditador, el acto de la meditación y el objeto de la meditación se funden en uno, entonces sobreviene la intuición. El tercer ojo se abre cuando estamos totalmente absortos en la meditación y se

hacen presentes tres factores: el estado sin tiempo (un plano de consciencia intemporal), la ausencia de ego y la total suspensión del pensamiento. No hay ni pensamiento, ni ego, ni tiempo, y en este estado en el que se dan estas tres ausencias sobreviene la visión penetrante, la intuición (intuición divina), y entonces se comprende el gran poder, el potencial que está latente, que permanece dormido en la consciencia. Cuando sobreviene esta intuición, es posible, incluso, percibir las existencias pasadas y futuras, pero para lograrlo se requiere mucho tiempo. Hay que perseverar y perseverar en la meditación».

Jorge y yo, tras la entrevista, preferimos centrarnos en el momento presente y deleitar un té muy aromático. Bastante teníamos con conocer esta vida como para ponernos a elucubrar sobre la posibilidad o no de otras.

A lo largo de esos extensos recorridos por la India, muy fructíferos en cuanto a encuentros con todo tipo de mentores y personajes y que cubrieron un período de una década de mi vida con gran intensidad (luego “aflojé” en cuanto a ser tan contumaz cazador de personas santas), fui recogiendo mucha información. Entre los muchos maestros entrevistados pude, por fin, encontrarme con Anandamayi Ma en Hardware y con Muktananda en Ganeshpuri, ambos con un gran número de devotos y seguidores tanto en la India como en otros países.

¡Por fin Anandamayi Ma me iba a recibir! Ya era considerablemente anciana y se decía que contaba con más de diez millones de discípulos. Yo la había buscado en su *ashram* de Benarés, pero no estaba allí la última vez que viajé a la ciudad más santa de la India. No obstante, finalmente estábamos los dos en Hardwar. Un amigo hizo la gestión para que la Madre me recibiera. Era un día de un sofocante calor, y más en las abigarradas y ensortijadas callejuelas de la ciudad, saturadas de tiendas y tienduchas donde se venden todo tipo de objetos sagrados y por las que pululan *sadhus*, devotos y mendigos. Cogí un taxi y me desplazé hasta el *ashram* de la Madre. Había ya en los alrededores una larga fila de devotos y peregrinos a la espera de ser recibidos por la santa. Yo había leído sobre ella en diferentes obras, entre otras en la muy mala, nada recomendable, de Arthur Koestler, *El lote y el robot*.

A través de un vetusto pasillo, me condujeron directamente a la Madre. En ese pasillo se abría, en uno de sus lados, una especie de estrecha celda o habitación muy parca. Muy erguida, sentada sobre unos cojines, se encontraba la Madre, ataviada con prendas blancas. Todavía lucía, a pesar de la edad, un hermoso cabello y sus ojos relucían en la

semioscuridad. Me pidió que le pusiera al corriente de mis actividades y me exhortó con insistencia a que no dejara la difusión del yoga y la espiritualidad. Tras varios minutos de entrevista, urgiéndome a mí mismo por la mucha gente que esperaba para ser recibida, le pedí permiso para hacerle algunas fotos y accedió con gusto; pero antes se irguió más si cabe, se arregló bien las prendas con las que iba ataviada y se atusó el cabello. La santa más santa de todas en aquella década en la India no había perdido la coquetería ni la femineidad, y tenía ya una edad muy avanzada. Sonrió con ternura. En la juventud, esa mujer había sido extraordinariamente bella y cautivadora. Nos miramos a los ojos y me hizo recordar los de mi madre. Llevaba toda su vida siendo reverenciada. Amigos yoguis me decían que su nivel de consciencia era tan elevado que ni ellos mismos la comprendían.

Merece la pena que cuente cómo me decidí a acudir a visitar a Baba Muktananda. Llevaba años haciéndole preguntas por carta, a las que él gentilmente contestaba, y las repuestas las incluí en mis libros. Pero un día recibí una carta de uno de sus más destacados *swamis*, que me decía: «Baba dice que tú vas a entrevistar a muchos yoguis, maestros, *sadhus* y eremitas, y que, sin embargo, nunca vienes a visitarlo a él. Dice que ya no contestará más tus preguntas hasta que vengas a verlo».

Leída esta carta, me dije que tenía que acudir a visitarlo. Por ello, en cuanto hubo ocasión para desplazarme a la India, aterricé en Bombay y desde allí cogí un coche y cubrí la distancia de menos de noventa kilómetros que había hasta Ganeshpuri, donde Baba tenía su *ashram*. Cuando llegué, se encontraba dando *sat-sang* en el gran patio. Me acerqué a saludarlo, y me brindó una amplia y cariñosa sonrisa. Se fijó la entrevista para después de comer. Desde el primer momento me llamó la atención el gran amor que le tenían sus perros; el elefante, al que le daba de vez en cuando una tableta de chocolate, que por lo visto le entusiasmaba, había muerto ya. El *ashram* estaba a rebosar de gente, muchos occidentales de diferentes partes del mundo. Yo había leído varios de los libros de Baba, y los que realmente me interesaron fueron *¿Adónde vas?* y, sobre todo, *El secreto de los Siddhas*.

Tras la comida, en una sala, tuvo lugar la entrevista. Estaba presente Almudena, y servía de traductora la que luego sería la gurú sucesora, Gurumayi, entonces muy joven y bella, ataviada con un primoroso sari. Muchas preguntas hice a Baba, que se sumaban a las ya también muchas que le había hecho por correspondencia a lo largo de años.

Después del grueso de cuestiones que le planteé, dijo algo que me confortó: «Tus preguntas han sido sumamente inteligentes, han sido muy buenas, muy apropiadas, muy perceptivas, y proceden de una genuina búsqueda de la verdad. Son como una antorcha iluminando el sendero para el ser humano». Y luego, dirigiéndose a Almudena, le dijo: «Eres una buena mujer», y agregó refiriéndose a mí: «Y él es un buen hombre».

Por la tarde me impartió el mantra *Om Namah Shivaia*, que él refería como “Invoco mi propio ser”, insistiendo en que era un mantra para todos. También sentía predilección por el mantra natural de la respiración: *Ham Sa*. Al atardecer me hizo acompañarle a las cocinas. Como estaban bastante desastradas en ese momento, abroncó contundentemente a los que las estaban organizando y luego giró la cabeza y me guiñó un ojo mientras sonreía, como diciendo “finjo que me enfado, a ver si me hacen caso”. También me hizo acompañarle a los establos, donde había varias vacas. Cuando le sintieron acercarse, las reses se pusieron a mugir enloquecidas de alegría, con el mismo entusiasmo que los perros se abalanzaban sobre él. Si de algo no me cabe la menor duda es de que los animales lo adoraban, como pasaba con Ramana Maharshi y otros mentores espirituales. Estuvo un tiempo dando de comer a las vacas y acariciándolas.

Antes de despedirnos cogió mis manos entre las suyas y sentí una emoción especial, como una energía saturando mi cuerpo, que Muktananda llamaba *shaktipat*, el poder de la Shakti. Se decía que Baba tenía una capacidad especial para producir ese efecto. Siempre he recordado su hermosa sonrisa, para mí más valiosa que todas sus palabras.

Unos seis meses después de entrevistarle, me sacaron de clase de meditación. Tenía una llamada de largo alcance que me comunicaba que Baba había muerto. Lo había hecho años antes de lo que él mismo predijera. Todos cometemos errores, y no me refiero a que fallara en la fecha de su muerte, no. Su error fatal, si puedo ser sincero, es que nombró a dedo a sus sucesores: Gurumayi y su hermano, hijos de un familia devota a la que él quería mucho. Esa decisión creó mucho malestar entre notables y destacados *swamis* occidentales e indios (yo había entrevistado a varios de ellos para mis obras), que se marcharon del *ahsram* y se desligaron de la organización. Estoy convencido de la valía de esos *swamis* y comprendo perfectamente su irrevocable decisión. Puedes nombrar un heredero de riquezas, pero no de conocimientos espirituales. Además, las dos personas nombradas como sucesores eran muy jóvenes e inexpertas. Entre Gurumayi y su hermano (que también se hizo gurú) surgieron graves desavenencias que los distanciaron por completo e incluso los enemistaron.

Al despedirse, a Muktananda le gustaba decir (y a mí me lo dijo): «Doy la bienvenida a toda la humanidad a través de ti, porque la luz de Dios está viviendo dentro de todos».

Aunque buena parte de mi tiempo en la India lo invertía en entrevistas, eso no quiere decir, como ya he señalado en más ocasiones, que no tratara de conocer a fondo el país y disfrutar de él tanto como pudiera. La India siempre me ha fascinado, y aunque también ha habido momentos muy dolorosos durante mis estancias allí y he puesto mi vida varias veces en peligro cierto de muerte, he tratado de llegar a sus últimos rincones, haciendo decenas de miles de kilómetros para cubrir todo tipo de rutas. Una de esas fascinantes rutas que hiciera en aquella década de 1980 fue el desplazamiento en un desvencijado y renqueante autobús, a lo largo de muchas horas, desde Srinagar, la capital de Cachemira, hasta Leh, la capital de Ladakh, que me permitió visitar un gran número de monasterios y recintos sagrados. Hasta que las cosas se pusieron muy mal en Cachemira, la visitaba una vez al año, porque es un verdadero paraíso y porque allí, en esas tierras de hermosura sin igual, también encontraba personajes curiosos a los que entrevistar y podía formar parte de la multitud de *sadhus* que acudían a peregrinar a Amarnat, para reverenciar el famoso *lingam* de hielo.

Los Himalayas siempre han ejercido sobre mí una fascinación insuperable, que me ha convertido en adicto a ellos. Los he recorrido desde Cachemira a Assam y Arunachal Pradesh. Miles y miles de kilómetros en el viejo Ambassador, que era el coche nacional de la India cuando apenas había otras marcas, y que tantas veces me dejaba tirado, fuera porque se rompía la correa del ventilador, o porque se pinchaban las ruedas o se gripaba el motor. Pero me servía, aun eternizándome en los desplazamientos, para visitar aldeas, poblados, *ashrams*, templos y ciudades, y para aventurarme por montañas, cañones, inquietantes desfiladeros, apacibles valles y hermosos bosques. Y así iba descubriendo, con motivación embriagadora, los santuarios himalayos, ciudades hermosas como Nainital, o cargadas de tradición mística como Almora, o de gran encanto como Shimla o Darjeeling. A estas dos últimas he estado acudiendo casi año tras año, pues me he sentido en ellas reconfortado, apacible, más yo mismo, con una sensación de plena libertad, en un espacio de consciencia más elevado. La India es la India. Por eso, el viaje allí se llama simple y llanamente el Viaje; y por eso, cuando he preguntado a avezados e irreductibles trotamundos qué país les resulta el más interesante, en su mayoría me han dicho: la India.

7. Un vagabundo del *Dharma*

He aquí que un día, en la clase de meditación de la noche, me percató de la presencia de un hombre de edad mediana entre mis alumnos, con un aspecto muy peculiar, entre marino y vagabundo, buscador del espíritu y trotamundos. Lo observo con detenimiento mientras él está meditando con los ojos cerrados. Es sin duda el primer día que asiste, pues jamás alguien así me hubiera pasado desapercibido. Es de fuerte complexión, estatura mediana, larga barba entrecana, y el cabello de la cabeza lo lleva mal recortado, como un paje. Al finalizar la clase se me acerca y en un marcado acento catalán, mezclado con otros, me estrecha afablemente la mano y dice:

–He llegado hace poco de Nepal. He estado meditando. Antes estuve seis meses en Benarés.

Aunque viste a todas luces como un vagabundo, con ropas muy gastadas y un poco raídas, es de movimientos elegantes y pausados. Se manifiesta con exquisita educación. Me mira con ojos muy atentos y penetrantes y dice:

–Estoy muy contento de conocerlo.

–Llámame de tú –me apresuro a decir, como hago siempre con todos aquellos que en el centro de yoga me llaman de usted.

Lo espero en la puerta de la salida y lo invito a dar un paseo. Ya ha surgido entre nosotros un torrente de simpatía y empatía. ¿Están de algún modo diseñados o dispuestos los encuentros esenciales en la vida de una persona? Mientras paseamos en una noche fresca y agradable, pero no fría, me cuenta que vive en una buhardilla semirruinosa desde hace semanas, cerca de la plaza de Santana.

–Muy poco confortable, ¿no? –indago.

–No –replica sorprendiéndome–. Muy confortable. Seguro. He vivido quince años en casas en construcción en París.

–¡Ah!

Ya sé que estoy ante un insólito personaje, pero desde el primer momento confío plenamente en él e intuía que es portador de grandes conocimientos. Me cuenta que en Benarés dormía en una barcaza y que de madrugada, siempre a la misma hora, lo despertaba una gran rata que cruzaba sobre él. En las afueras de Katmandú, en el monasterio de Kopan, ha estado meditando un tiempo. En París, la última vez, vivía en la casa del escritor Michel Randon, que es autor de un libro que hizo mis deslizos: *Las fuerzas de adentro*. Le ordenaba la biblioteca.

Me apasiona el personaje. Lo invito por tanto a cenar en casa al día siguiente. A esta cena le seguirían otras muchas. Se hizo un adicto a las sabrosas cenas que le preparaba Almudena. Sin haberlo buscado, había entrado en mi vida un hombre de Conocimiento.

Traté muy intensamente a Rafael durante varios meses. Hasta que yo lo conocí, el tiempo que llevaba en Madrid se alimentaba de sangre de cordero que cocinaba con cebolla. Necesidad obliga. Era marino de profesión, y cuando en tierra no podía estirar más el dinero, se embarcaba unos meses para recoger una suma que le permitiese dedicarse a la búsqueda interior y a visitar gran número de bibliotecas y librerías. Era un verdadero vagabundo del *Dharma*. Su vida solo tenía un sentido: buscar y buscar. Conocía al dedillo la vida de todos los místicos de Oriente y Occidente. A veces se condolía de cuánto había sacrificado por buscar. Incluso salió con una atractiva amiga mía y me dijo apenado, tras varias salidas, que él, dada su condición, no podía aspirar a configurar una relación sentimental. Es más, de algunas librerías, cuando llevaba demasiado tiempo leyendo, lo sacaban de malas maneras. Pero era el precio que había que pagar por la libertad: caminar, como un elefante, en solitario.

A pesar de sus pobres vestimentas, que a nadie podían pasar desapercibidas, era tan refinado y culto que yo lo incorporaba con no poco orgullo a muchas cenas de amigos, y todo el mundo quedaba realmente encantado con él. Reía de una manera muy peculiar y divertida, como un conejito tímido, siempre tratando de no desafinar. No había nadie con quien no conectase y a quien no se ganase. A veces íbamos por la calle, veía unos zapatos abandonados que le gustaban más que los que llevaba y allí mismo efectuaba el cambio. «Soy más rico que tú», decía riendo. Era una verdadera enciclopedia viviente; lo mismo te hablaba a fondo del *Dharma* que de la producción mundial de acero. Jamás perdía su ecuánime compostura, y a la vez era muy empático, abierto, afectivo. Nunca lo vi de mal humor. Se ganaba a todos con asombrosa facilidad, fueran de la clase social que fueran.

Rafael y yo llegamos a vernos todos los días. Nos quedábamos hablando e investigando hasta altas horas de la madrugada, cotejábamos textos, hablábamos lo mismo de psicología que de metafísica o metapsíquica, de yoga y de zen, de las posibilidades de la mente y de la capacidad del ser humano para superarse. Le pregunté cuándo le vino esta vocación de *sadhu* en Occidente. Un poco entristecido me dijo: «Desde muy joven. Partí de casa. Cuando volví años después, mi madre había muerto y mi padre estaba en una especie de asilo. Fui a verlo y lo abracé».

Me pareció muy duro lo que me había relatado. Alma de *sadhu*, alma de *baul*. Muchos años después yo conocería a Baba Sibananda, que también desde muy joven se dedicó a viajar hollando los caminos de la India. ¿Está en los genes ser un *sadhu*, un *baul*, un vagabundo?

Yo tenía por aquel entonces unos treinta y tantos años y él unos cincuenta. Acudía a meditar a mis clases. Despertaba el interés general en cuanto intervenía en los coloquios que hay al final de las clases. Yo imaginaba que debía ser muy difícil la vida de un buscador así; él me confesó que en una ocasión pensó seriamente en el suicidio. Para desdramatizar, bromeé:

—Imagina que hay reencarnación y te hacen vivir lo mismo decenas de veces.

—¡Dios no lo quiera! —me siguió la broma, riendo.

Le pedí que nos diera una conferencia en el centro de yoga. Fue la conferencia más larga que nadie dio en Shadak a lo largo de más de cuatro décadas. La sala grande de que disponemos estaba a reventar. No había un hueco ni para estar de pie. No había puesto título a la charla, sino que se extendería, espontáneamente, sobre la tradición espiritual y la búsqueda de lo Inefable.

Toda mi familia estaba encantada con el vagabundo. Pasados unos meses, partió para seguir como *sadhu* errante. Ya no volví a saber de él durante mucho tiempo. Pero un día me telefoneó Almudena y me dijo: «Tengo una sorpresa para ti». En el acto lo intuí: Rafael había vuelto.

Me estaba esperando en casa. Salí rápido para allá al acabar la clase. Al llegar a casa, nos dimos un abrazo muy largo y profundo. Había estado por Oriente y volvía acompañado de un fox terrier pequeño que había recogido. Esta vez se quedó en casa a dormir a lo largo de varias semanas. De nuevo, pero con carácter mucho más riguroso, las indagaciones y las fecundas conversaciones que resultaban no solo inspiradoras, sino reveladoras. Pasamos muchas noches en vela, contrastando puntos de vista y enseñanzas,

desgranando de cada sistema lo que nos parecía más revelador e iluminador, cotejando libros y discerniendo lo que más podría aportar al ser humano con ansias de realización de sí mismo y que no estaba embrutecido por un impulso de borreguismo y el anhelo de seguir escapando y durmiendo. Algunas de las conclusiones que íbamos discerniendo eran las siguientes:

- El establecimiento en el desapego es sabiduría. Para ir superando el apego (en una sociedad solo empeñada en promoverlo) y que no nos esclavice, tenemos que observarlo en nosotros mismos y tratar de comprenderlo. El apego es dejarse arrastrar en una dirección. Apegarse es proyectarse hacia algo y proyectar ese algo en uno mismo. Se genera una atracción y un movimiento interior hacia el objeto del apego. Y el apego origina construcciones mentales que serán según el carácter e intención del apego. Para superarlo, se requiere la renuncia interior, adiestrarnos en cultivar un estado interior de ecuanimidad y neutralidad, madurar y ser más nosotros mismos, para que así pierda fuerza el objeto del apego. Cuando el deseo es un movimiento mecánico y descontrolado, resulta una forma de vinculación interna que nos aparta del ser. Hay que adquirir plena consciencia de esos movimientos de afección para no dejarnos esclavizar y adormecer.
- Hay que aprender a controlar la fuerza del deseo y canalizarla sabiamente, sin compulsión, estando alertas para evitar la servidumbre de nuestras tendencias de apego. Hay que concienciar y canalizar las direcciones anárquicas de nuestras pasiones y descubrir lo que tiende a desplazarnos de nuestro eje.
- El apasionamiento comporta una considerable cantidad de energía y hay que programarla en beneficio de intereses superiores. El proceso de identificación ciega y mecánica nos sustrae nuestras mejores energías. Yoga es la reunificación de las energías diseminadas.
- Vivimos en un estado de descomposición, y no en el estado búdico al que todos tenemos derecho, y que debemos conquistar mediante el entrenamiento y el discernimiento, siendo este último como una especie de sexto sentido que hay que desarrollar en grado sumo.
- La iniciación es un reforzamiento de las potencias internas del individuo y es útil siempre y cuando movilice fuerzas interiores que se reorienten hacia la realización de sí. La iniciación de un *jivanmukta* es la más elevada que pueda imaginarse y la

que daría verdaderos beneficios al aspirante, si bien todo trabajo interior tiene que ser ejecutado por uno mismo.

- Hay un impulso sagrado hacia la superación de aparentes limitaciones. El ser humano necesita romper barreras también en el ámbito espiritual. Con frecuencia, el sentimiento de facilidad común a las llamadas sociedades del bienestar elude todo esfuerzo, cuando, como bien dice Fromm, hay que encarar la vida con esfuerzo y con dolor, sobre todo si queremos ir más allá de esas aparentes limitaciones y despertar. La sociedad engaña al individuo procurándole ciertas facilidades externas a cambio de traicionarse a sí mismo o adormecerse aún más.
- Hay en todos nosotros un esquema implícito que estimula y guía hacia la transformación, pero muchos no quieren oír la voz interior.
- Dejar la autorrealización en manos de otros es un error; adorar a cualquier hombre, aunque diga ser un gurú, es un error y una limitación; desconfiar de uno mismo para solo confiar en un maestro es una debilidad.
- El yoga es un método liberatorio. Origina una combustión interior capaz de quemar toda la carga negativa del individuo y poder conducirlo a un estado de pureza y armonía (*sattva*); es decir, del hombre-adquirido o aparente al hombre-real y esencial.
- El *sadhana* es imprescindible, y cuando los frutos de la práctica no persisten en la vida diaria, es porque el entrenamiento es insuficiente.
- Hay una crisis interior que se viene arrastrando desde hace siglos y se acentúa con el paso del tiempo. La crisis ha alcanzado incluso a los países de más sólida tradición iniciática, como la India. Pero es posible que buscadores occidentales, fuera de los rígidos esquemas de la religión instituida y de los dogmas, espíritus libres, y en la sociedad profana y no en la religiosa, puedan recuperar las antiguas enseñanzas, que incluso en la India se están perdiendo, regenerarlas y encontrar fuerzas para estimular la Búsqueda. Esos espíritus libres e independientes, místicos que han seguido sus propias directrices internas, buscando la realización fuera de la ortodoxia, han sido los perpetuadores de la Enseñanza y han surgido tanto en Oriente como en Occidente, y tanto en uno como en otro hemisferio, han tenido que soportar la animadversión de las Iglesias organizadas o incluso su condena. Si Occidente no estimula la búsqueda, aplicación y práctica de las ancestrales disciplinas del desarrollo interno, no podrá sobrevivir interiormente y su alienación tendrá

consecuencias imprevisibles. La aplicación de las disciplinas de autodesarrollo procedentes del pasado se necesitarán tanto como el alimento físico.

- No hay que descartar la posibilidad de que el yoga encuentre de nuevo toda su grandeza y vitalidad a través de mentes occidentales que, liberadas de prejuicios, sepan conducirlo a nuevos terrenos y encontrarle nuevas y fecundas aplicaciones. Pero hay el riesgo cierto de que surjan sucedáneos del yoga o pseudoyogas que den la espalda a la verdadera enseñanza yóguica o la falseen o distorsionen.
- Para irnos purificando e interiormente creciendo, se requiere una extraordinaria voluntad de corrección que nos permita neutralizar todo lo que hay de nocivo en nosotros. En la senda hacia la meta, siempre hay obstáculos y solo al superarlos vamos consiguiendo la adquisición permanente de superiores estados de consciencia.
- El cultivo, desarrollo y entrenamiento de la mente, que es meditación, ha demostrado ser el camino más válido y el que permanece más exento del peligro de autoengaño o alienación. Entrenar y desarrollar la mente es disponer de una sólida pértiga para dar el gran salto. Ese gran salto hay que darlo en uno mismo, salvando el precipicio de la ignorancia y encontrando la tierra firme y venturosa del Conocimiento. A través del Conocimiento puede surgir una persona nueva, la persona-despierta.

Fueron cientos de horas de investigación y meditación.

Finalmente Rafael decidió partir. Como tenía muy buena relación con Almudena, le pidió que le guardase dos maletas y le dijo que ya volvería a recogerlas. Partió con su encantador fox terrier. No volvió. Pasados unos años, un día me telefoneó Almudena para preguntarme qué hacíamos con las maletas, que ya eran un foco de suciedad. «Mira si hay algo dentro que merezca la pena para guardárselo por si volviera.» Solo había ropa vieja y un par de libros deshojados, y se deshizo de ello.

Echaba de menos a Rafael. Lo utilicé como personaje en mi obra *Fábulas de amor del viejo marinero* y en mi novela *Los ojos del corazón*, anteriormente editada como *El derviche*. Un día se lo comenté a Ignacio Fagalde y a otros amigos, y una noche decidimos salir a buscarlo, no fuera que estuviera por Madrid (aunque en el acto hubiera venido a vernos) o que alguien supiera algo de él. Recorrimos muchos kilómetros de la ciudad preguntando y hablando con muchos vagabundos o personas que vivían en las

calles. Uno de ellos finalmente dijo: «¡Ah, el que iba a la India! No sé nada de él». Otro dijo: «Hace mucho que no he vuelto a verlo. Creo que se iba a Asia».

Supongo que ha muerto. Peregrino por la Vía Láctea en busca del Sentido, seguro que ya está en el Ser.

Era necesario, incluso existencialmente, que tras casi diez años de convivencia, Almudena siguiera su singladura vital y yo la mía, siempre empero desde el amor consciente y generoso o lo que Buda llamó *metta* (“amabilidad amorosa”, “amor incondicional”). Mi cariño hacia ella siempre ha sido tan profundo como sincero e invariable. Yo así me disponía a vivir una larguísima parte de mi vida solo. Almudena partió para Rishikesh, donde pasó varios meses, y otra temporada en Jaipur, donde años atrás ambos habíamos hecho amistad con el doctor Narain Varandani, investigador de las posibilidades terapéuticas del yoga, a quien seguimos entrevistando en años sucesivos. Desde Rishikesh me escribió cartas muy emotivas narrándome sus experiencias en esa localidad de la India, que entonces era mucho más genuina que ahora, que con esto de que es llamada la “ciudad del yoga”, como reclamo turístico, se ha tornado en un hervidero de turistas espirituales y de mentores que, en su mayoría, y salvo notables excepciones (como la de mi amigo Surinder, profesor de *hatha-yoga*), poco tienen que enseñar. Lo peor en Rishikesh, donde he estado casi medio centenar de veces, es que han florecido también algunos de esos fatuos gurús de masas, anhelantes de hacerse querer por el poder fáctico, y que regentan *ashrams* como podían regentar una cadena de hoteles. Almudena se dedicó a seguir traduciendo (gran número de obras) y a trabajar sobre sí misma y asistir a no pocos cursos de meditación *vipassana*. Yo empecé a redoblar mis esfuerzos para proseguir por la senda del autoconocimiento, donde inevitablemente hay desvíos y aparentes retrocesos o exasperantes estancamientos. Pero lo esencial, como me han dicho varios lamas y preceptores, es la consistencia, y no sentirse desfallecer y, como dice el tantra, hacer bueno el adagio de que el mismo suelo que nos hace caer es en el que tenemos que apoyarnos para levantarnos.

Hay pocos yogas tan elevados como el del amor consciente y desinteresado, o sea, más incondicional. Requiere mente clara y corazón compasivo y, por supuesto, liberarse de ese “amor” posesivo, impositivo, recriminador y exigente, que culpabiliza, hace cargos, se aferra y, al final, corrompe el verdadero cariño. Ese tipo de “amor” posesivo es aberrante, si entendemos el vocablo en su sentido lato: lo que se sale de lo natural. Por

tendencias miméticas y códigos y clichés socioculturales, la gente se casa, procrea y, sin consciencia, comienza a generar vínculos afectivos enrarecidos o insanos. El matrimonio se constituye basándose en tendencias mecánicas, y no conscientes, de crear una familia, con la misma ligereza, ciega, de tener hijos, sin procrearlos con lucidez y consciencia. Y muchos matrimonios –y somos muchos los que hemos pasado o pasamos por ello– vienen dados por intereses sociales o incluso económicos (hasta para recuperar una pensión o no tener que regalarle todo el patrimonio al fisco, u otras motivaciones de conveniencia) y se acometen porque es lo “común”, pues no hay nada tan “común” como el impulso de borreguismo que nos termina por inculcar hasta en las células o en los genes una sociedad perversa que, en palabras de Emerson, muy sabias, «confabula contra el individuo». Los viejos patrones nos encadenan tanto como las rutinas psíquicas, y es cierto ese “malestar de la cultura” o de la civilización al que se refiere Freud y que puede tener una lectura más amplia y profunda de la que él indica.

No sabemos amar. Muy pocas personas saben amar. ¡Qué cierto cuando mi buen amigo Baba Sibananda dice que en muy pocos jardines florecen las rosas del amor! Pero como resalto en mi obra *La ciencia del amor*, ese amor consciente e condicional es posible, y algunos, solo algunos, lo gozan como una actitud tan espontánea que, como la rosa que pusieramos en el desierto, de modo natural seguiría irradiando su perfume. Para alcanzar ese amor supremo, se requiere una gran evolución de la consciencia, que hoy solo cabe esperar en una minoría de personas. No es cierto que haya esa explosión de una consciencia mucho más elevada. Eso es un invento de la llamada Nueva Era, donde la literatura que surge y que se torna a veces superventas no pone el énfasis en la negación del “yo”, sino en su vigorosa afirmación, invitando a sentirse más egocéntricamente poderoso y envanecido, y creando más *maya* y aferramiento a lo aparente y fenomenológico. ¡Flaco favor, flaquísimo, hace toda esa literatura pseudoespiritual! Se ofrece al lector la idea falsa de que puede evolucionar sin el mínimo esfuerzo y encima apuntando a su ego y todas sus tendencias egocéntricas.

Hoy por hoy, la liberación sigue siendo individual. Con razón, cuando le pregunté a Walpola Rahula qué sucedería si todos los humanos alcanzáramos el nirvana (que representa extinción –salida definitiva del *samsara*–, en cuyo caso se acabaría la raza humana como la comprendemos), me dijo riendo: «No se preocupe, que eso nunca va a pasar». Y cuando le pregunté cuál es el sentido de la vida, me dijo en tono terminante: «El que usted quiera darle».

Por esa época empecé a restringir un poco mis viajes en busca de hombres santos o notables (o muchas veces de todo menos notables), para viajar por la India con otras motivaciones, lo que no quiere decir que, cuando había ocasión o surgía de modo natural, no aprovecharse para seguir entrevistando a mentores o buscadores de lo Inefable, pero ya de forma más excepcional. Tengo que decir que los preceptores más serios y humildes, más rigurosos, los he encontrado entre los monjes theravada y también entre determinados lamas. La imagen del supergurú es propia de la India, que vive de talentos pasados espiritual y artísticamente, por mucho que sea puntera en el *software* y la cibernética, y cuya religión en muchos sentidos se ha mecanizado y degradado, fosilizándose sus ritos y dando lugar a una burda superstición.

Sin embargo, seguía estando en disponibilidad para encontrarme y entrevistar a los *swamis* o gurús que pasaban por Madrid y que a menudo reclamaban conocerme, en su afán por impartir sus doctrinas o puntos de vista. Así, recibí a no pocos *swamis* iniciados por Muktananda, y a otros de la muy controvertida secta Ananga Marga, y a no pocos que buscaban el modo de darse a conocer en Occidente, e incluso a *swami* Vishnudevananda, que me causó una pésima impresión y me pareció altanero, antipático y todo menos un yogui humilde y cariñoso, como otros muchos que había encontrado a lo largo de mi vida. Le hice, empero, una larga entrevista, a pesar de que no se descabalgaba de su actitud egocéntrica, como si estuviera en posesión de la verdad, lo que contrastaba con su aspecto físico, pues alguien que había llegado a dominar su cuerpo de joven, ahora, a una edad mediana, tenía un aspecto grueso y fofo, como si se hubiera abandonado por completo. No le hizo mucha gracia cuando le dije que el verdadero gurú es el interior y que yo estaba de gurús de masas y adoctrinantes hasta la coronilla, y que no entendía el empeño que tenían todos ellos en avasallarnos en Occidente e imponernos sus criterios hinduizantes. Recuerdo su gesto de contrariedad cuando le dije que para meterse en la cárcel del gurú era mejor quedarse en la propia. A pesar de todo, me invitó a que acudiera a uno de sus intensivos, y por educación nada repuse, pero una voz me dijo por dentro: «Ojalá Dios no lo quiera». Mantuve, en cambio, inspiradores encuentros con *swamis* como Samatananda y Shantananda, muy lúcidos en sus exposiciones.

La senda del amor consciente implica tanto a la mente como al corazón. Cuando le pregunté a mi maestro Narada Thera qué era más importante, si la inteligencia verdadera o el amor, me dijo: «La inteligencia, porque de ella se deriva el amor». Somos tan poco

inteligentes, estamos tan embaucados por lo que no importa y viviendo de espaldas a lo que realmente importa que difícilmente logramos amar o desarrollar esa compasión que tanto necesita el mundo en el que vivimos. Y si, como dijo Buda, nos percatásemos del poder que hay en dar, no dejaríamos de dar, y si comprendiéramos que, como dicen los antiguos sabios, «al herirte, me hiero», no causaríamos daño a ninguna criatura.

La mayor tragedia para un buscador es olvidarse de su búsqueda. Sucede en no pocas ocasiones porque todo nos acapara de tal modo que perdemos el hilo de la consciencia y hay que volver a recuperarlo en cuanto nos percatamos de ello. El objetivo es la paz interior, la lucidez y la acción correcta. Con solo conseguir eso, ya tenemos bastante. Si luego hay experiencias cercanas al *satori* o al nirvana o al *samadhi*, perfecto, como si a alguno le viene dada esa experiencia liberadora y se lleva un buen “susto” al convertirse en un liberado-viviente. De momento, lo que urge es empezar a resolver la confusión de la mente. Luego irá viniendo lo demás. Vamos a ir, aunque no lleguemos. Demos la bienvenida a todo lo que nos ayude a sentirnos mejor, más plenos y armónicos, más genuinamente sensibles y amorosos, más en lo esencial y menos en lo banal. Pero, de repente, uno se deja engatusar y se desvía del objetivo. Por fortuna, en el verdadero buscador, la vocecilla del ser, aunque a veces casi sofocada, vuelve a hacerse oír, y entonces uno reacciona. ¡Cuántas veces no me habré extraviado yo! Pero nunca ha dejado de palpar en mi corazón la motivación de hallar el sosiego; y desde el sosiego, la claridad de la mente; y desde la claridad de la mente, la visión sabia; y desde la visión sabia, la libertad interior.

PARTE II

8. La senda sin senda es la Senda

Me apunté finalmente a un curso de meditación *vipassana*, de once días, que se llevó a cabo en una finca que a tal fin prestó Ana Thapar. Era de acuerdo con la tradición de U Ba Kim, y lo impartió un profesor preparado por Goenka llamado Bill Hart. En este tipo de intensivos, en los que no se puede hablar con los compañeros, ni leer, ni siquiera hacer *hatha-yoga* (y eso que Goenka valora y recomienda el *hatha-yoga*, pero no su práctica durante los retiros), uno comprueba aún más de cerca la “soledad del ser” y se percata de hasta qué punto estamos condicionados, y aún esclavizados, por los fenómenos externos y por toda clase de inútiles actividades que tapan o esconden la realidad más profunda y nos abotargan la consciencia. Yo, de motu proprio, y desde jovencito, me sometía a veces a retiros de dos o tres días o más, para observar, como dicen los hindúes, el *mouna* o silencio (que debe ser de palabra y de mente, este último muy difícil de conseguir), y los acompañaba de ayuno, pues este siempre se me ha dado muy bien y nunca he sentido codicia por la comida, a pesar de mi propensión al chocolate, que viene alentada por el adagio de Jesús Fonseca: «Un día sin chocolate, un día perdido». Pero no fue fácil, ni mucho menos, hacer frente a ese retiro de *vipassana*, en el que se meditaba desde las cuatro de la madrugada, durante un total de diez u once horas, si no más, al día. Pero bien es cierto que en esa inactiva soledad, al menos uno tenía la meditación para llenar los tiempos, porque de otra forma hubiera sido todavía mucho más difícil “matar el tiempo”, que, como se dice, es al final el que a nosotros nos mata. No es fácil para el hiperactivo y nada contemplativo ser humano vivir la experiencia sin paliativos de la desnudez que representa el encuentro real con uno mismo, donde el constante hacer debe ser cambiado por el no hacer para emprender otro hacer nada fácil, que es el meditativo. En mis años de juventud tomó cierta fama un tipo de terapia inventado por un japonés llamado Morita, que consistía en aislar al deprimido en una habitación sin libros, radio o demás distracciones, solo enfrentando consigo mismo a lo largo de varios días. Pues era una especie de terapia de choque a través del

aislamiento, y al final de esos días de reclusión —si el paciente no se había subido por las paredes o vuelto definitivamente loco— salía con tantas ganas de relacionarse y activarse que transformaba el abatimiento en euforia.

El primer día de curso nos dieron las primeras instrucciones e hicimos una sesión de meditación. Comidas totalmente vegetarianas y, por la noche, cenas muy frugales. ¡Y a la cama! Pero como era un dormitorio de varias personas, y una de ellas no roncaba sino que bramaba, pedí al día siguiente un saco de dormir y me fui a pernoctar a una especie de garaje sórdido hasta más no poder, pero sin duda libre de los gruñidos del compañero. ¡Vaya nohecita esa! Los gruñidos dejaron paso al correr de decenas de gusanillos que se habían acumulado en el saco de dormir por no haber sido aseado a saber durante cuántos meses o años. Al día siguiente lo lave a fondo con una manguera y a partir de ese momento me sentí feliz por las noches sin ser perturbado y en mi soledad, pero guarnecido en esa especie de nave.

Y cómo serán las propensiones de externalización de la mente que un día, durante el desayuno, me descubrí a mí mismo leyendo y releendo una y veinte veces el papel con los ingredientes de un bote de Cola Cao. Ni siquiera se podía uno mirar a los ojos, y había que tratar de aplicar en la medida de lo posible lo que Buda llamó *satipatthana* o el establecimiento de la atención mental pura, que ahora se ha puesto enojosamente de moda llamar *mindfulness*, como si no pudiéramos en nuestro país ni hablar en uno de nuestros idiomas y hubiera que introducir más y más términos ingleses. El caso es que había que estar atento no solo durante los períodos de meditación, sino también fuera de estos. En una especie de establo, a las cuatro de la madrugada, iluminado por algunas titilantes velas, ya comenzaba la meditación.

El sistema de U Ba Kim y Goenka se ciñe a tres días de atención a la sensación táctil del aire en las aletas de la nariz y siete días de conducir la atención a lo largo del cuerpo para ir sintiendo y explorando sensaciones de todo tipo, ya sean gratas, ingratas o neutras, burdas o sutiles, pero sin aplicar ninguna clase de juicio y con máxima ecuanimidad, para ir discerniendo y experimentando vivencialmente y a través de uno mismo que todo es insatisfactorio, carente de sustancia o ego e impermanente. El método de Goenka insiste mucho en la aprehensión directa de la transitoriedad o *anicca*. De los numerosos temas que expone para la meditación el *Sermón de la atención* del Buda, U Ba Kim optó por la captación de sensaciones en el cuerpo; otros maestros se inclinan por la atención a la postura o a las sensaciones, pero sin ir desenlazando el foco de atención

por el cuerpo, o a la observación de procesos psíquicos, o a la contemplación de todos los procesos psicofísicos que surgen y se desvanecen. Hablo de estos diferentes métodos en mi obra *Las enseñanzas de la meditación vipassana*.

La técnica, obviamente, es buena y útil (como cualquier otra del *Sermón de la atención*, y cada maestro opta por una u otra, según su personal experiencia), pero esta organización, como infinidad de personas comentan y estoy de acuerdo, tiene, a pesar de que lo desdican, un tufillo inevitablemente dogmático o sectario, en cuanto que insiste en que su método es el único, e incluso menosprecian otros e impiden a las personas la posibilidad de experimentar eclécticamente con otras técnicas. Lo mejor es tomar la técnica, que la práctica es lo que sirve, experimentar por uno mismo y descartar lo que no sirva; y, por supuesto, no dejarse nunca contaminar por ideas sectarias de ningún orden. Buda era la persona más pragmática y abierta de su época, jamás impositivo ni adoctrinante, y llegó a declarar que no se aceptara nada que no fuera experimentado y verificado por uno mismo, lo digan las costumbres, los maestros o las tradiciones.

Además de haber practicado a fondo la captación de sensaciones, he investigado otras cuestiones de la meditación *vipassana*, incluido el método de Mahasi Sayadaw, donde, en lugar de aumentar la concentración sintiendo el leve roce de la respiración en las aletas de la nariz, se sirve para ello del movimiento del rostro y, subsiguientemente, se extiende la atención a todo lo que va pasando por la mente. Es un método que se practica habitualmente en Sri Lanka y otros países de Asia, como también en Birmania. Todos los métodos para meditar son balsas con las que cruzar de la orilla de la oscuridad o ignorancia a la de la luz o sabiduría. Es buen momento este, como otro cualquiera a lo largo de esta obra, para decir que, por fortuna, la egolatría de los gurús hindúes no se ha contagiado ni a los monjes budistas ni a los lamas. ¡Albricias! Claro que Buda siempre se presentó como un hombre y nunca como una deidad. Jamás quiso que se le reverenciara o rindiese pleitesía, pues sabía que el refugio está en uno mismo y el maestro es la Enseñanza.

Entre otras personas que serían importantes para mí, Simon me presentó a dos que sin duda debo destacar: una de ellas era Ignacio Fagalde, al que todos llamamos Nacho, y la otra, Lourdes Cafrune. La vida de una persona es también los seres humanos, e incluso animales, con los que ha ido tratando y que han ido dejando huellas indelebles o

aportando ricas vivencias, que es como si quedaran inscriptas en las bandas magnéticas de la memoria.

Ignacio Fagalde sobrepasa cualquier definición, designación o etiqueta. Ha llegado a ser uno de mis amigos más cercanos y queridos, aunque a veces nos vemos de tarde en tarde, pero siempre que lo hacemos damos largos paseos y nos inspiramos recíprocamente con conversaciones metafísicas y espirituales. Ambos sabemos que la búsqueda, como dice otro gran amigo mío y también “sabueso” de la otra realidad y de un sentido que tal vez es el sin-sentido, Lorenzo Garrido, la búsqueda, sí, nos acapara de tal modo y nos consume tanta energía que muchas veces no disponemos de ella para otras actividades mundanales que tanto fascinan –hasta la hipnosis– a muchas personas, lo que no quiere decir que no valoremos y nos deleite el confort, pero sin perder jamás de vista que es por dentro donde hay que realizar alquimias, transmutaciones y conquistas. Quizá por ello tanto Ignacio como yo y otras personas de nuestro círculo nos hemos abstenido de procrear en una sociedad básicamente procreativa, pues a más cabezas, más producción de bienes y más gentes para el ejército y para la guerra, y más personas que requieren líderes, ídolos y mentecatos.

Ignacio sabe bien, y no deja de recordármelo, hasta qué punto estamos hipnotizados por nuestro pequeño ego y también, subsiguientemente, por el ego mayor, que es el colectivo o gran hipnotizador. Y lo fácil es dejarse llevar, no despertar, seguir permitiendo que el ego nos embauque y sea como un ilusionista que nos confunde con sus juegos de ilusión y nos impide salir del aturdimiento. Y así queremos restañar las heridas de la insatisfacción silenciosa, como me dice Ignacio, con más cosas de afuera, con más atolondramiento, en lugar de ponernos manos a la obra para despertar. Y toda esa “literatura” pseudoespiritual, con las peores mentiras que son las verdades a medias, y afirmando el ego del lector más y más, con falsas promesas y más falsas expectativas, pues proponen “realizarse” sin ningún tipo de esfuerzo, hundiéndose en todo lo superfluo, sin tener ojos para echar un vistazo a lo que está más allá. Y así todos los reformadores han fracasado (porque no han reformado su mente y siguen alimentando ofuscación, avaricia y odio), y todos los revolucionarios han traicionado a su propio sentido de revolución, porque en lugar de debilitar su ego, lo vigorizan paranoicamente.

Y el pensamiento como tal evidencia su fracaso, porque se ha puesto al servicio de la aidez y el aborrecimiento. Se nos ha hecho creer en las bondades de ese pensamiento dual y limitado que no ha logrado mejorar al ser humano y que puede ser voraz como el

más sediento de los que los lamas llaman *pretas* o fantasmas hambrientos. ¿Dónde está la omnipotencia de ese pensamiento que se ha hecho muy diestro en denigrar y explotar? Pero la tradicional y ancestral sabiduría de Oriente, de la que poco queda en Oriente y nada en China, se percató, con comprensión hiperclara y desde el primer momento, de que el pensamiento no puede ir más allá del pensamiento, por muchas vueltas que se le dé, y que, ante lo incognoscible, o rendimos al ego o encontramos otros medios de percepción-intuición. Cuando un discípulo analítico le preguntó a su mentor quién sostenía el mundo, el maestro repuso:

—Ocho elefantes blancos.

—¿Y a esos ocho elefantes blancos? —volvió a preguntar el analítico discípulo.

El maestro repuso sonriendo:

—¿Otros ocho elefantes blancos?

El problema no es morir, el problema es morir más dormidos de lo que vinimos a este mundo y albergando más avidez en el corazón o más odio.

Uno de los egos más paranoicos que ha habido en este planeta fue Alejandro Magno; estaba atormentado a pesar de todo su poder, mientras que Diógenes, que vivía en un tonel, estaba sosegado y dichoso. Se fue hacia la India, Alejandro, porque no le bastaba con poseer medio mundo. Para el ego, medio mundo es nada. Allí encontró al que hizo su mentor de yoga, un monje jaina llamado Kalano. Después se vio obligado a abandonar la India y murió, llevándose lo que había traído a este mundo: nada. Nada se llevó Diógenes, pero vivió en paz, disfrutando cada día de los tibios rayos del sol, mientras que Alejandro Magno vivió atormentado, sin disfrutar de nada. En todos nosotros hay un Alejandro, pero también un Diógenes. Pero, como Ignacio me recuerda, la gente no quiere ver y prefiere tapar y tapar. Pero al tapar, ¿no corremos el riesgo de tapar nuestra esencia y sucumbir a la hipnosis aterradora del ego individual y del ego colectivo?

A Lourdes Cafrune me la presentó Simon en una reunión muy concurrida que hubo en casa de uno de sus hermanos. Había un buen número de tartas, pero todas contenían hachís o marihuana. Allí, entre todos, solo había tres personas que en absoluto tenían la menor intención de probar esos dulces, aunque su aspecto, solo como tales dulces, no podía ser más apetitoso. Simon se puso a hablar con una de las modelos que asistían a la reunión y yo, con Lourdes Cafrune. Había enviudado no hacía mucho, pues a su marido,

el destacado cantante Jorge Cafrune, le había investido intencionadamente un coche cuando iba montado a caballo y lo había derribado. Como Jorge (del que nunca olvidaré su maravillosa interpretación de *Samba de mi esperanza*) medía casi dos metros y pesaba ciento y pico kilos, la caída resultó mortal. Iba acompañado de un amigo, y tras caer le dijo entre estertores: «Compadrito, me he reventado». Se dice que lo mató la Triple A. Y todo ello habría yo de saberlo por Lourdes, una mujer de extraordinaria vitalidad a la que traté a lo largo de dos años y medio y que de vez en cuando asistía a nuestras “asambleas” espirituales, en las que escuchaba una y otra vez nuestras referencias a Buda y a lo que él denominaba los “tres mensajeros divinos”. Tan harta llegó a estar de oír hablar de tantos “devaneos” metafísicos que un día, sin poderse contener, casi gritó: «Ya está bien de los tres reyes magos», lo que nos produjo un acceso de incontenida risa a todos debido a su cambio de reyes por mensajeros.

Era una mujer de carácter. Tenía un lado de Parvati la dulce y un lado de Kali la devastadora. Las mujeres de carácter turbaron mucho al mismo Shankaracharya, quien, como no logró vencer en un debate sobre el amor a su oponente porque nunca había estado con mujer alguna, decidió, con sus poderes ocultos, meterse con el espíritu en un cuerpo de un rajá que había muerto, y así dio vida al cadáver y pudo disfrutar desde ese momento de las bellísimas concubinas de aquel y aprender mucho sobre el amor para vencer luego en los debates a su oponente. Se aficionó tanto a los encantos de esas mujeres y a los deleites que le propiciaban que se olvidó de quién era y con qué intención se había encarnado en el cadáver del rajá. En conclusión: sus discípulos, muy preocupados, se las vieron y desearon, con todo tipo de mantras y rituales, para poder conseguir que Shankaracharya recordase quién era y volviera a su propio cuerpo. Es leyenda, pero la leyenda apunta más allá de la leyenda; es mito, pero el mito nos orienta más allá del mito.

En un arranque de entusiasmo propuse a Lourdes llevarla a Italia o a la India. Por fortuna para mí optó por la India, pero por infortunio para ella. Fue un viaje duro, como han solido siempre ser los míos por aquellas tierras. Hubo una concesión: subir en elefante al palacio de Amber, en Jaipur. La India se le hizo muy difícil, casi insoportable. ¡Cuánto más hubiera preferido visitar el Coliseo o la plaza de San Marcos! Trataba de disimular, pero yo me daba cuenta de sus sollozos. Siempre ha sido muy visible la miseria en la India, pero infinitamente más en aquellos años. Ella era todo corazón. Y yo cuando estoy en la India me “obsesiono” tanto con lo que vivo que no estoy todo el rato

encima de las personas que me acompañan. Tanto me atrae la India que, aun habiendo ido allí un centenar de veces, siempre al llegar experimento una emoción que conmueve todo mi ser. ¡India! ¡Y mira que la India es la India y se las trae!

Cumplido nuestro recorrido por distintas partes del país, Lourdes partió para España y yo me quedé algún día más para departir a fondo con Jorge Gispert Sauch y dar algunos de nuestros confortadores paseos por Delhi. Sonriendo me puso al corriente de los últimos numeritos de los supuestos *sadhus*. Uno había reunido a miles de personas para demostrarles que podía caminar sobre las aguas, y nada más poner el pie en ellas se hundió todo lo largo que era. Otro, un anciano, se metió en una cueva, cerraron entonces la puerta de la cueva y luego apareció un joven, con lo que trataron de demostrar a todos que el viejo se había transustancializado de este modo. Desde luego, si Houdini hubiera viajado a la India y hubiera hecho allí algunos de sus números, le hubieran convertido en gurú de gurús o en el *mahaguru* (gran gurú) del mundo.

Luego estuvimos hablando de cosas mucho más serias, como la experiencia del reconocimiento del *atman*, que se encuentra en todas las criaturas y que permite a quien lo tiene trascender su ego y percibir en su propio ser a todos los seres como el Uno. Conversamos sobre la inutilidad en este sentido del saber libresco y la necesidad de desarrollar el Testigo que pueda ganar la identidad con el Ser. Lo importante es el cultivo de esa inteligencia pura o supraconsciente que hace posible percibir el elemento sutil, que es elemento sin muerte, que origina todos los fenómenos.

Cuando regresé a España, Lourdes decidió poner temporal distancia conmigo. Yo no creo en la astrología, pero ella era Tauro, y de acuerdo con los astrólogos las mujeres de este signo son muy hogareñas, familiares y entregadas sentimentalmente, justo en las antípodas de lo que yo en esos años era. Un tanto por ciento muy elevado de mi energía estaba al servicio de la Búsqueda, de escribir, de la meditación y de asambleas del espíritu. La verdad es que era una mujer formidable, e hizo bien en liberarse de un yogui que la veía de tarde en tarde y hablaba demasiado de los “mensajeros divinos”. Era todo corazón y vísceras.

Años después me llamó su madre para decirme que un camión había aplastado su coche y la había matado. Era todavía muy joven, porque Cafrune le sacaba buen número de años. En nuestras largas charlas, a veces demasiado trascendentales, ella ponía el contrapunto. Simon Mundy, Ignacio Fagalde y otro buen número de amigos “tocados” por el signo de lo Trascendente nos reuníamos a debatir, y ella, salvo cuando la reunión

era interminable, practicaba un yoga muy elevado: el de la paciencia. Me sirvió un poco de revulsivo cuando cierto día me dijo con mucha firmeza: «No pienses tanto, vive; no elucubres, siente». Ella era todo sensación. Me enseñaba a descender a lo cotidiano. Es difícil saber si está escrito en nuestro destino cuáles serán las personas que para bien o para mal se van a ir cruzando en nuestras existencias. Cuando dos personas no convergen, no solo comienzan a tratarse en líneas paralelas que nunca se encuentran, sino a divergir. Formar un hogar era lo que yo menos necesitaba entonces. Era volver a mi hogar interior lo que buscaba, y reconciliarme con el “padre”, el yo profundo, como en su lectura más honda expresa la parábola del hijo pródigo, que apareció antes en el budismo que en el cristianismo (quinientos años antes). Siempre hay desgarramiento cuando un ser querido sale de la vida de uno; es inevitable, pero es una oportunidad de oro para practicar el amor consciente, que siempre predomina y que sabe tanto (como digo en mi libro *El arte de la pareja*) asir como soltar. ¡Si al final tendremos que soltarlo todo, incluso el cuerpo! Demandando más y más seguridad, nos sentimos más inseguros. Asumiendo la inseguridad, comenzamos a sentirnos algo más seguros.

No dejaba ya de escribir y publicar, y por ello de recibir cartas de mis lectores planteándome toda clase de cuestiones. En el centro de yoga, la afluencia llegó a ser tal que había lista de espera a lo largo de meses, y las personas que querían inscribirse a veces lo tenían que hacer con antelación de un curso para otro. Meses antes de conocer a Lourdes me sometí a unas cuantas sesiones de psicoanálisis, para afirmar más mi autoconocimiento y mi entrenamiento psicoanalítico, con una mujer muy singular y altamente respetada entre grandes psicoanalistas, llamada María Luisa Jiménez. Ella era la psicoanalista de no pocos psicoanalistas. Una mujer extraordinaria y de enorme sagacidad en cuanto a interpretar los contenidos del inconsciente. Yo le dije desde el principio que iba a hacer un número limitado de sesiones, muy intensas, y que se centraran en los aspectos más esenciales de mi personalidad. Ella, a diferencia de Lorenzo Frutos, no era nada ortodoxa en la relación psicoanalista y sujeto, siempre era natural y muy distendida, lo mismo te daba un besazo que un abrazo, no se andaba con remilgos, y en plena sesión se ponía a merendar y comer churros con chocolate. No utilizaba el diván y nos colocábamos frente a frente. Era más intervencionista que los psicoanalistas muy ortodoxos, que se limitan a escuchar y emitir de vez en cuando un monosílabo. Me la había recomendado mi amigo el psicoanalista Pedro Gil, cuando le

dije que me habían quedado algunos flecos que quería escudriñar a fondo. Pedro Gil formaba parte activa de un instituto de psicoanálisis en el que di dos conferencias –por su parte, varias de las psicoanalistas del instituto se apuntaron a mis clases–. Fue Pedro Gil quien me dijo, tras examinar mi forma de ser y haberle referido el niño superactivo que fui y mi psicología de adolescente, que sin duda el yoga había sido una verdadera tabla de salvación para mí y me había ayudado a reorganizar mi vida psíquica, evitando que arrastrara de por vida muchos contenidos de tipo “neurótico”. Siempre he desconfiado, empero, de este vocablo tan difuso que se torna confuso. Es preferible hablar de inmadurez o de una detención en el proceso de la madurez, con lo que nos quedamos en un estado de semidesarrollo, así que ¿quién no está, en principio, tocado del ala, como les digo a mis alumnos? Y la neurosis es no solo causa sino efecto del pensamiento neurótico, al que el yoga nos enseña a controlar (subyugar, poner bajo el yugo o yoga) o a desidentificarnos de él. El psicoanálisis me fue de ayuda en una época de mi vida (aunque no sabría dar una cantidad de años), y el yoga me ha sido de ayuda a lo largo de toda mi vida. María Luisa era mucho más “omniabarcante” que Lorenzo y podíamos ver todos los aspectos globales de la personalidad, aunque no alcanzábamos la misma penetración en algunos que sí sondeé hasta el límite con el doctor Frutos. Era una desinhibida al menos en lo aparente, porque eso de merendar (¡vaya envidia que nos daba con el chocolate y los churros!) durante la sesión o lo de vestirse de marinera, como si estuviera haciendo la primera comunión, no era de lo más ortodoxo. Otras veces utilizaba palabras gruesas, para que no hubiera equívocos o engaños, y se mostraba todo el tiempo sin ningún tipo de corazas, a veces incluso locuaz. Mi hermano Miguel Ángel, que se psicoanalizó con ella, siempre la ha tenido como un genio y recuerda a menudo cómo ella insistía en la necesidad de cuidar el “tanque” (cuerpo) y velar por uno. Murió de cáncer y mi hermano se quedó a medias, pero ella le fue de gran utilidad, pues había despertado en él una gran dosis de transferencia. Como mi hermano Miguel Ángel siempre ha sido un seductor irrefrenable, supongo que también logró en ella una vigorosa contratransferencia. Se dice muchas veces que la gran mayoría de los psicoanalistas y de los psiquiatras que se preparan para ejercer su profesión, lo hacen porque ellos mismos son víctimas de la neurosis. De ese modo tratan de comprenderse mejor y de convertirse al menos en neuróticos compensados o sublimar la neurosis. Por lo menos a mí no me pasó lo que a Woody Allen, que se estuvo psicoanalizando veinte años para luego considerar que no le había servido de nada. Un poco obtuso al respecto.

Reanudé las reuniones en mi casa y a veces incluso juntaba a una treintena de personas que lo que podíamos tener en común era nuestro afán por darle un sentido a la vida, inspirarnos en la imagen del *jivan-mukta* y hallar claves y métodos para superar la ignorancia básica de la mente, transformar actitudes, modificar la visión y encontrar la siempre tan anhelada paz interior, pues como dice Lancelot en la obra *Los caballeros del rey Arturo*: «no hay nada que pague un instante de paz». A alguna de esas reuniones asistió Nacho Cano, que tenía especial interés en conocerme, pues él había comenzado a meditar de acuerdo con las “enseñanzas” del mayor vendedor de mantras del mundo: Maharishi Mahesh Yogi, del que tan desencantados quedaron los Beatles finalmente. No hubiera sido entonces fácil deducir o intuir que más de dos décadas después Nacho Cano me pidiera que le diera clases en sesiones privadas y quedara tan entusiasmado con mi sistema de psico-yoga que hiciera pasar por mi casa a varias bailarinas de su espectáculo y a diversos amigos, algunos destacados empresarios.

Asistía a estas reuniones gente en verdad muy variada, y las conversaciones y saludables y estimulantes discusiones se centraban en aspectos del desarrollo del ser humano, la evolución de la conciencia, la manera de establecerse más en el “testigo” y dejarse afectar menos por los fenómenos, la posibilidad o no de convertirse en un liberado en un entorno tan obstaculizante o en una sociedad tan salvajemente materialista, el desmedido afán por ir más allá del ego y muchos temas afines, sin dejar de hacernos eco de las muchas sendas hacia la cima de la Conciencia. Muy a menudo asistían a esas reuniones Simon Mundy, Ignacio Fagalde, Miguel Fraile y personas que pasaban por Madrid hacia la India u otras que venían de Oriente, o gentes que conocía y al pronto me interesaban por sus inquietudes metafísicas o místicas y las invitaba a casa, o alumnos de mi centro o practicantes de distintos métodos soteriológicos. También asistía a esas reuniones Silvia Sánchez de Zarca, que llegaría a convertirse en una extraordinaria profesora de yoga y también en mi compañera sentimental y de fatigas de extensos y durísimos recorridos por la India, hasta que terminamos años después fraternizando la relación y convirtiéndonos en hermanos muy queridos. Conoció en Shadak tiempo después a una persona formidable, Roberto Majano, que era alumno mío y que con el tiempo se convirtió en un excelente profesor de yoga. Se casaron y tienen un hijo estupendo, Mauro, que vi a los pocos minutos de haber nacido y que ya tiene doce años y me vence en las “peleas” que llevamos a cabo. Muchas veces se cumple el

adagio que recojo en mi obra *La ciencia del amor*, que reza: «Al final de la pasión, el verdadero amor», si uno es lo suficientemente sensible e inteligente para que florezca. Mientras la pasión está muy viva, más que ver a la otra persona vemos el placer que nos reporta. Del enamoramiento al amor hay un largo trecho, y del amor al amor consciente y más desinteresado y menos egocéntrico, un larguísimo camino; cualquiera puede ser un vulgar amante, pero pocos pueden llegar a ser grandes amadores. El amor consciente, como siempre he reseñado en mis obras, está en las antípodas del amor mecánico. No es una transacción emocional, sino un darse; es ese amor que Buda afirma como incondicional, o sea, sin condiciones. Como en una ocasión dijo Jung: «Ni siquiera sabemos lo que es querer». Querer desde el ser, y no desde el ego.

De tarde en tarde comencé a subir al chalet, en la sierra, del psiquiatra José María Poveda. Me invitaba muy a menudo, pero eso no tenía nada de especial, porque en el mismo día de la reunión o la cena, invitaba a cualquier persona que le cayera bien, o sea, que al final nos encontrábamos allí gente de lo más variado, desde un brujo a otros psiquiatras, desde unos trotamundos que pasaban por Madrid a escritores o mistagogos. Allí cada uno estaba como en su casa, pues Poveda era extraordinariamente hospitalario y se comportaba con pasmosa naturalidad y cercanía, incluso con los que acababa de conocer hacía unos minutos. Las conversaciones también giraban sobre los temas más diversificados, desde las profundidades del alma humana hasta la manera de modificar la percepción o caminar por el filo de la navaja de los psicodélicos. Al final, en la medida en que iba intensificando más mi trabajo interior, comencé a retirarme de estas reuniones y a tener así más tiempo para el *sadhana* y también para invertirlo en los alumnos. Además, cada día tenía más encargos editoriales y la necesidad de investigar durante muchas horas.

Buscaba libros por doquier y los devoraba. En esa época leí por primera vez, y después lo he hecho más de medio centenar de veces, *Fragments de una enseñanza desconocida* de Ouspenski. Yo ya había leído años antes la obra de Louis Powell *El retorno de los brujos*, que se había convertido, inesperadamente, en un superventas.

No cabe la menor duda de que Gurdjieff, además de un mentor excepcionalmente controvertido y un estafalario seductor, era un genio en su ámbito que resultaba fascinante. Tampoco hay duda alguna de su capacidad para crear todo tipo de ambivalencias o contradicciones en los que lo seguían. Pero es asimismo indudable que

en cierto modo resultaba un peligro para los que tenían una voluntad débil o una personalidad neurótica. Mucho más cuidadoso y recatado, sin embargo, era Ouspenski, cuya obra *Fragmentos de una enseñanza desconocida* es un manual extraordinario de autodesarrollo, donde se reúnen muchos conocimientos y prácticas de la sabiduría oriental. Otra cosa es el desvarío de que nos alimentamos de la Luna o ese pandemónium sobre las octavas, todo ello bastante intragable y traído por los pelos. Gurdjieff debió tomar estos conocimientos yóguicos, budistas y sufíes *in situ*, o bien los recibió de personas con las que se fue encontrando o con la lectura de tratados. Pero si le llegaron por uno u otro lado no importa, porque él se encargó de “filtrarlos”, si bien todos ellos entroncan con el pensamiento de Oriente.

Los libros de Ouspenski (el mayor conocedor de las enseñanzas de Gurdjieff) hay que leerlos con mucha atención y evitando interpretaciones subjetivas que los distorsionen. No es fácil comprenderlos, y uno puede tender a querer comprenderlos a su modo, como han hecho muchas escuelas que se dicen del Cuarto Camino. Hay una anécdota significativa. En una ocasión en la que dio una conferencia Ouspenski, asistió una persona que repitió al día siguiente. En el coloquio, esa persona intervino diciendo: «Señor Ouspenski, como usted dijo ayer...». Pero Ouspenski lo interrumpió y dijo: «No, como usted entendió que yo dije ayer». Podía llegar a ser un maniático de la precisión con la palabra, pues si en algo insistía era en que hay pocas cosas tan mecánicas como el pensamiento y la palabra.

Yo llevaba años trabajando en lo que el yoga denomina la vigilancia de las Tres Puertas de Brahma, o sea, la mente, la palabra y las obras. También había dedicado mucho tiempo a la autovigilancia, pues como recomendaba Buda: «Si te estimas en mucho, vigílate bien». Pero comencé a trabajar en la línea de Gurdjieff durante muchos meses, sobre todo en la observación de sí, la no expresión de emociones negativas, la desidentificación con si a uno lo consideran o no, el ejercicio *stop* y otros de autocontrol férreo, y demás. A veces llevaba tan al extremo la observación de mí mismo o autoconsciencia que no me era posible dormir hasta la madrugada, porque el “observador” seguía observando aunque yo no lo provocara. Trataba a lo largo de casi toda la jornada, extenuantemente, de tomar consciencia de mis reacciones emocionales, poniendo especial énfasis en las egocéntricas. Esta consciencia de mí mismo y autoobservación tiene la desventaja de que requiere mucho esfuerzo y llega a convertirse

en una empresa de gran envergadura; su ventaja es que puede ser llevada a cabo en todo momento y circunstancia.

Conocí a personas que estaban en el trabajo de Gurdjieff, unas en unas escuelas y otras, en otras, y como es inevitable, cada mentor ponía más el acento en unas u otras experiencias, ejercicios o conocimientos. Gurdjieff no valoraba el esfuerzo como tal, sino mucho más el sobreesfuerzo, conduciendo así a muchos de sus discípulos a la frustración. Por aquel entonces visité en Francia el priorato de Avon (que se había convertido en asilo), y allí pude ver directamente el escenario en el que Gurdjieff había impartido sus instrucciones y donde había hecho trabajar a sus discípulos hasta veinte horas diarias. Me acerqué al cementerio a ver su tumba y también la de la escritora Katherine Mansfield, cuya muerte, según las malas lenguas, Gurdjieff ayudó a precipitar más que a retrasar. El sobreesfuerzo al que sometía Gurdjieff a sus seguidores a veces tenía muy fatales consecuencias, tanto que al parecer se produjeron suicidios debidos a la desesperación de no avanzar lo suficiente, o de no poder acallar una insatisfacción que ya no era silenciosa, sino atronadoramente elocuente.

Por nuestro centro de yoga, desde que está abierto, han pasado una enorme cantidad de actores. Siempre el yoga ha tenido un eco muy considerable entre los actores en cualquier país, pues además de sus inquietudes espirituales, si las tienen, les ayuda a desarrollar mejor su profesión y evitar el estrés. Entre estos actores, hice amistad con uno de ellos, excepcional, Rafael «El Brujo». Es un hombre no solo con grandes inquietudes artísticas, sino de autodesarrollo y acrecentamiento de la consciencia. Mantuvimos conversaciones muy sugerentes y profundas sobre el desarrollo armónico de la conciencia y me fue poniendo al corriente de su trabajo interior conectado con una escuela en la línea de Gurdjieff y donde precisamente había que llevar a cabo esos sobreesfuerzos para actualizar todas las potencias internas y poner en marcha centros de energía que de otro modo quedan aletargados. Como me decía un amigo indio, en el extremo del esfuerzo aparece el esfuerzo sin esfuerzo, o surgen otras energías que nos pasaban desapercibidas, pero cuyos caudales permanecen dentro de nosotros. En una ocasión, Ouspenski comenzó a caminar sobre el mismo terreno hasta la extenuación, haciendo un sobreesfuerzo, pero en un momento dado se renovaron todas sus fuerzas, como si se hubieran puesto en marcha en esa extremidad del esfuerzo, cuando el esfuerzo se torna no esfuerzo o, como dicen los sabios chinos, por lo intencionado se llega a lo “inintencionado”. Años después, otro gran amigo, Javier Suárez, que fue mi

alumno durante cinco años, entró en contacto con un grupo de Gurdjieff, cuyo mentor vivía (o vive) con un lujo desmesurado en Estados Unidos, pues insiste en que la belleza es esencial para estimular la consciencia, y se rodea de pinturas y objetos de gran valor, poniendo el énfasis más en esa *maya* que en su propia evolución interna y en el embellecimiento de su alma. A mi amigo Javier lo reunieron en el Hotel Palace y ahí le explicaron las reglas del juego para ir recibiendo enseñanzas; la principal era dar un tanto por ciento de sus ingresos a la escuela y luego seguir implacablemente las directrices del trabajo, que entre otras cosas incluía vestirse de lujo para ir a conciertos, visitar museos y asistir a cenas, intentando en todo ello el control exhaustivo de emociones y realizar lo que Gurdjieff llamaba la percepción del “arte objetivo”. En fin, un grupo más de Gurdjieff, con su tinte sectarista y, en este caso, también elitista y financiero, y como siempre o casi siempre siendo los seguidores de cualquier mentor los más tentados en distorsionar su enseñanza o aplicarla sin el menor rigor.

Javier aprendió lo poco que ellos lograron enseñarle y los dejó (lo que me pareció una excelente decisión), mientras yo le aconsejaba que se inspirase directamente en *Fragments de una enseñanza desconocida* y se dejara de esas reuniones donde más parecía atenderse a bagatelas y oropeles que al trabajo sobre uno mismo. En cuanto a los sobresfuerzos, tan ponderados por Gurdjieff —que luego se daba una vida de maharajá en cuanto podía—, Buda, con su pragmatismo y lucidez, sabía que no eran necesarios e incluso que podían resultar inconvenientes, pues lo idóneo es el equilibrio y la consistencia. Recuérdese el pasaje en el que Buda va paseando por el campo y ve unas piedras manchadas de sangre. Pregunta de quién es esa sangre y le dicen:

—De tu discípulo Sona, porque se desespera al ver que no avanza lo suficiente y camina con los pies descalzos sobre las rocas.

Entonces Buda llamó a Sona y le dijo:

—Tengo entendido, amigo, que eras el mejor intérprete de laúd del reino antes de entrar en mi orden. Te quiero preguntar: cuando tensabas demasiado las cuerdas del laúd, ¿sonaba bien?

—No, señor, no sonaba bien, y además las cuerdas podían romperse.

—¿Y cuando las tensabas demasiado poco?

—Tampoco sonaba bien el laúd —explicó el discípulo—, y además se enredaban.

—¿Y qué ocurría cuando ni las tensabas en exceso ni las dejabas sueltas? —insistió Buda. Y el discípulo contestó:

—Así es como hay que hacerlo, señor; entonces el laúd suena maravillosamente. Y Buda concluyó:

—Pues así hay que proceder con el esfuerzo: de una manera equilibrada.

En cuanto a esa frenética insistencia de Gurdjieff por recordarse a sí mismo, muchos monjes budistas muy destacados que he entrevistado y a los que les he preguntado al respecto (como a Walpola Rahula) me han dicho que hay que vigilarse para examinar contenidos psíquicos y emocionales, reacciones y hábitos, pero en absoluto recordarse a sí mismo, porque entonces no hay una verdadera atención a lo que es y se afirma el ego provisional.

Tantas vías, tantos métodos, tantas sendas, sí, pero al final, como le dijo el mentor a su discípulo, más debería haber, porque uno mismo es al final su doctrina, su senda, su propio maestro. Y en la medida en que uno evoluciona, al final, como un guerrero espiritual descubre que la senda sin senda es la Senda.

9. Profundizando

El viaje hacia los adentros tiene sus propias leyes, a veces muy misteriosas, que hay que ir descubriendo poco a poco. En una sociedad profana, tan dada al consumismo y a los apegos mundanos, no es fácil trabajar sobre uno mismo, pero, como dijo Ramana Maharshi, al que a menudo le preguntaban a tal respecto, hay que efectuar la tarea allí donde uno tiene su vida ordinaria, salvo que a uno le tome (que no se puede forzar) el sentimiento de la renuncia y se convierta en un ermitaño. De otro modo, hay que bregar con la vida diaria y batirse el cobre con las vicisitudes y situaciones adversas que se vayan presentando, y utilizar los inconvenientes para también ser más consciente, desarrollar ecuanimidad y activar el poder interior.

Comencé a llevar una vida mucho más organizada y a reducir el número de reuniones, sin reprimir, desde luego, mis conversaciones e indagaciones con esas personas que se encontraban en mi misma dirección y que estaban dispuestas a sacrificar mucho de sí mismas para que algo más elevado dentro de ellas pudiera surgir, a pesar de que todos, dada nuestra privilegiada situación material, podríamos habernos despreocupado de cualquier intento por superarnos y humanizarnos, y habernos dedicado al hedonismo, pero no estaba eso en nuestra naturaleza, y la “soledad del ser” no se supera atiborrándose de estímulos externos o volviéndose un compulsivo coleccionista de sensaciones nuevas, porque al final la sed no se puede aplacar tomando más y más pescado en salazón.

Esos años tuve una relación amistosa e intelectual sumamente intensa con Simon Mundy, que viajaba a menudo por Oriente, y con Ignacio Fagalde, que terminaría viajando mucho a Tiruvannamalai, para estar en el *ashram* de Ramana Maharshi, y posteriormente en un gran número de ocasiones a Bombay para asistir a los encuentros con Ramesh Balsekar. Años después, Ignacio, que siempre ha sentido una muy viva inclinación hacia el Vedanta advaíta o monista, fundaría una editorial para propagar este tipo de literatura mística, llamada Trompa de Elefante, que incluiría buen número de

obras esenciales del mismo Ramesh. Silvia, Simon e Ignacio nos reuníamos a menudo para hacernos confidencias sobre nuestras cuitas espirituales y nuestros avances y retrocesos. Simon, que ni un solo día dejaba su estricta disciplina (yoga, taichi, aprendizaje de idiomas, karate y otras artes marciales, meditación, y demás), era un verdadero romántico de la Búsqueda. Bueno, en realidad, todos lo éramos, y nuestro profunda aspiración era poder conseguir *moksha* y ser plenamente libres. Silvia, que ha dispuesto siempre de una especial ecuanimidad y sabiduría de modo espontáneo, era la que más ponía los pies en el suelo y no demostraba tanto entusiasmo como nosotros en el afán por conseguir la liberación en vida y poder sustraernos de la fascinación de un *samsara* o mundo fenoménico que a ninguno ciertamente nos llenaba o estimulaba, sino que muchas veces, al revés, nos disgustaba sin ambages de ningún tipo. Pero la realidad, que no es la Real, nos hacía tomar consciencia, a veces muy dolorosa, de nuestras limitaciones y de las enormes dificultades de levantar la propia psicología, renovarla y poder superar pautas, viejos patrones y tendencias que sentíamos como un fardo del que costaba mucho liberarse. Simon y yo éramos mucho más voluntaristas que Silvia e Ignacio, que no es que no se exigieran menos, sino que lo hacían de otro modo y aceptaban más pacientemente los acontecimientos internos.

Si hay unos textos que no deberíamos dejar de leer, son las *Upanishads*, por algo Schopenhauer, a pesar de su abrumador escepticismo que rayaba en una absoluta negatividad, declaró a propósito de estos textos: «Han sido el consuelo de mi vida y de mi muerte». Además de contener enseñanzas sublimes y siempre inspiradoras y de que dejan un eco indeleble en el alma, son de una belleza sublime. Comencé a leer con sumo interés las *Upanishads*, que iba consiguiendo y que alternaba con lecturas de yoga, sufismo, tantrismo, budismo tibetano, zen, y demás. En una época investigué, y no poco, sobre el budismo mahayana tibetano, que es una extraña mezcla de budismo, tantra y religión chamánica bön, y que como hablé en ocasiones con Amadeo Solé-Leris, y coincidíamos, hay mucha más diferencia entre el budismo theravada y el tibetano, que entre el budismo theravada y el vedanta. Todo tipo de elementos chamánicos y de los antiguos hechiceros del Tíbet aparecen contaminando el budismo de viejo cuño, y a ese exceso de ritos, que Buda indicó como un obstáculo, recurren incansablemente los budistas tibetanos. Siendo sus ceremonias muy coloristas y habiendo estado las enseñanzas budistas tibetanas durante siglos envueltas por una muselina de gran misterio, muchos occidentales se han sentido poderosamente inclinados hacia estos

rituales, pero olvidan, con demasiada frecuencia, el formidable tesoro de ejercicios que hay en la trastienda, y se contentan a veces solo con asistir mecánicamente a los rituales, que desde luego envuelven la mente y la tranquilizan, no cabe duda, pues yo mismo he asistido a miles de ellos.

Años antes, yo había hecho una enorme amistad con Antonio Pascual, que durante mucho tiempo había estado en la India aprendiendo de los ламas y que hizo algunas entrevistas a altos ламas para yo incluirlas en mis obras. De hecho, uno de los ламas más importantes, Akong Rimpoché, había venido al centro de yoga a dar una charla y yo lo había entrevistado largamente, como antes y después de entonces hice o haría con Trangu Rimpoché, Sakya Trezin, Dudjom Rimpoché, Lama Chatral, Kalu Rimpoché, y otros muchos ламas, sin olvidar a mi admirado y gran amigo Lama Lobsang, al que fui visitando año tras año en el monasterio de Ghoom, cerca de Darjeeling, que él regentaba. Antonio Pascual y yo mantuvimos un trato muy cercano y muy fecundo en cuanto a la búsqueda espiritual. Resultaba en aquella época muy llamativo, con larga coleta y sus luengas barbas. Como quería volver al Himalaya y meditar en una cueva, me convertí un tiempo en su mecenas, y así también yo, como dirían los ламas, hacía méritos y labraba buen karma. Durante años estuvimos en contacto y dimos juntos un taller intensivo en Shadak. Leí y releí, y sigo haciéndolo, todas las obras de Evans Wentz y de John Blofeld, que era amigo de Simon y se habían encontrado algunas veces en Bangkok. (Yo propicié la publicación en castellano de algunas de sus obras, como por ejemplo la de *La rueda de la vida*.) Tampoco dejaba de leer y releer las obras de Arthur Avalon, así como las de otros grandes orientistas de rigor. Con Antonio Pascual mantenía largas charlas sobre el alcance transformativo de los mantras, sobre las más elaboradas visualizaciones y su capacidad para transmutar la psique en lo profundo, sobre los seis yogas de Naropa, o los muy elaborados ejercicios para aprender a examinar y dominar la mente. Me ponía al corriente de su relación con Lama Yeshe, que fue uno de sus maestros, o de la que tenía con su discípulo Lama Zopa, que cuando ha venido a Madrid a impartir enseñanzas se ha alojado en casa de mi buen amigo Marcos Fernández Fermoselle, quien en algunos de los últimos encuentros de enseñanzas tibetanas en distintos países se ha relacionado, y hecho amistad, con Richard Gere. Pues en esas madrugadas frías del invierno madrileño, Antonio y yo hablábamos de nuestras experiencias y chequeábamos métodos para ir consiguiendo recobrar la naturaleza búdica que hay en cada uno de nosotros, aunque a

veces cueste tanto creer que pueda estar en el ser humano, en cuya mente predomina la ofuscación, la avaricia y el odio.

Mi pasión, voy a decirlo así, por el verdadero *hatha-yoga* iba en aumento. Era una meditación a través del cuerpo, donde tenía no solo que emplear la lucidez y el esfuerzo correcto y bien encaminado, sino de modo muy especial la ecuanimidad, para contener reacciones emocionales innecesarias. Estaba además convencido, desde hacía muchos años, de la necesidad de que el cuerpo, en la medida de lo posible, y aunque está en su naturaleza decaer, pudiera cooperar en la búsqueda interior, a pesar de que en esta dimensión de vida no se puede prescindir del *soma* y lo que tenemos que hacer es conocerlo, purificarlo y amigar con él. Leí hace muchos años un texto muy interesante al respecto de Jacques Massui, contenido en su libro, fabuloso libro, de comentarios, reflexiones y experiencias, titulado *Cheminements*. Nos dice cuán es necesario para el que busca realidades supremas endurecer su cuerpo y lograr el equilibrio psicofisiológico a través del *hatha-yoga* y de la relajación, incluso de la ascesis y de ejercicios de purificación. Como el sistema nervioso del hombre moderno está muy desarmonizado, se requieren de estos procedimientos. Y ya que hablo del muy desconocido Massui entre los hispanoparlantes, lo cual es una verdadera pena, debo decir que es uno de los buscadores franceses con más sensibilidad que ha habido, mucha más que la que mostraba su buen amigo Henri Michaux, quien escribió su conocido libro *Un bárbaro en Asia*, donde ironiza, cruelmente, sobre los indios, diciendo que tienen una edad muy desfavorecida, que va de los doce a los setenta años. Y tampoco Michaux estaba, dicho coloquialmente, como para tirar cohetes.

Como casi todos los grandes buscadores espirituales, a excepción de los que toman la anacoresis o la *sannyasia* (“renuncia”), Massui fue un gran amador y no dejó de seguir las huellas del eterno femenino, lo que a veces le hizo desgarrarse profundamente. Es por su sensibilidad, sentido del romanticismo, necesidad de inspirarse en una figura musa y mucho más (además de la expectativa de encontrar a la mujer dhármica) que muchos buscadores espirituales se han abocado también a la búsqueda de la Shakti en forma de mujer, o de la mujer capaz de constelar la Shakti. Han vivido así la esencia de los “fieles de amor”, tales como Dante y Petrarca, haciendo del amor una senda de iniciación y convirtiéndolo en algo mágico y, por tanto, en demiúrgico y revelador. Merece la pena leer *El amor consciente*, obra del discípulo de Gurdjieff, el periodista británico Orage, o aún mejor, en esta misma línea, *El amor mágico* del esoterista Serge Hutin. Ese amor

mágico a menudo se queda más en una ensoñación que en una realidad, y no hay amor más poderoso y ansiado que el que no puede consumarse. Si hay o no pasiones predestinadas no es fácil de decir, y algunas de estas desde luego acaban en tragedia. También están los llamados amores imposibles y que, por serlo, resultan más intensos. A propósito de una mujer que amaba y pertenecía (si se puede hablar de pertenencia) a otro, Massui escribió: «No pienso que hayas medido jamás hasta qué punto nuestro amor fue para mí uno de los grandes acontecimientos que, en la naturaleza, podrían llamarse erupciones, seísmos, ¡qué sé yo! Mientras que los amores ordinarios, si acaso transforman a un ser y le abren caminos inesperados, se borran una vez pasado cierto tiempo y no queda más que el recuerdo o una sensación de borrachera feliz».

No hay persona que no quiera vivir uno de esos grandes amores mágicos o iniciáticos, y el buscador espiritual no es una excepción, bien al contrario, porque tan difícil y sinuosa es su búsqueda que puede incurrir en la ensoñación de que una mujer (o un hombre, en el caso de una buscadora) puede confortarlo en las noches donde más intensamente muerde el alma “la soledad del ser”, o incluso convertir a esa persona en compañera de búsqueda. A una mujer que Massui amaba mucho le escribió: «Eres hasta tal punto compañera de mi propia evolución que solo por mediación tuya podré juzgar algún día si ese cambio que tan ardientemente deseo se ha producido o no, porque tengo necesidad de alcanzar una realización equilibrada y creadora».

Y muchas veces el buscador se resiste a lo que llamaríamos el amor cotidiano y que tiende a “enrutarse”, pero que cuando evoluciona se percata de que todo amor es mágico si uno sabe vivirlo mágicamente, y de que el sendero hacia los adentros tiene que ser recorrido por uno mismo, se viva en compañía o no. Pero ciertamente hay personas que tienen más capacidad para robarnos el alma y acentuar en nosotros el sentimiento mágico del amor, cuyo secreto está en convertirlo en “almor” o amor del alma e irradiarlo hacia todas las criaturas y no permitir que nos simbiotice solo con una persona. Que a través del rostro de la amada podamos ver el rostro de todos los seres sintientes; que por la unión con la amada podamos vivir la unión (yoga) con todas las criaturas vivientes.

Al profundizar más y más en el *Dharma*, iba por un lado resintiéndose mi romanticismo espiritual, pues el camino se presumía muy largo y alcanzar *moksha* y ser un *jivan-mukta* era una tarea titánica, pero, por otro lado, iba ganando en madurez e iba teniendo

destellos profundos, golpes de luz que me ayudaban a superar muchos de mis viejos hábitos mentales y reacciones emocionales, para poder obtener un enfoque diferente de los acontecimientos existenciales, logrando así más serenidad y lucidez. Iba tomándole el gusto al *hatha-yoga*, trabajando en los diferentes planos de mi ser, y también encontrando en la práctica meditacional esa capacidad, a través de la detención consciente, para sentir y vivir más allá de las acumulaciones psíquicas y de los pensamientos incontrolados. Y así iba teniendo una experiencia más directa de ser, a veces con no poca sensación de angustia, pero otras con un bendito estado de paz que me compensaba por todos los desvelos padecidos.

Pero si uno busca no es porque quiere, sino porque no puede dejar de hacerlo y porque no se resigna a morir tan embrutecido como nació y en la falta de un entendimiento correcto y clarificador. ¿Qué hay más allá del muro? Entre los innumerables cuentos que ya he ido compilando y publicando, hay uno que me resulta especialmente querido. Había en medio del desierto un gran muro. Nadie había explorado qué había detrás de él. Un día, armándose de valor, tres amigos decidieron escalar el muro y ver qué había tras él. Llegaron hasta el muro. Uno de ellos escaló el muro, y cuando llegó a su parte superior, sin dudarle un instante, saltó al otro lado. Lo mismo hizo el segundo de los amigos. Le tocó el turno al tercero; escaló el muro, y cuando llegó a su extremo, contempló, en el colmo del asombro, que se extendía allí un vergel maravilloso. Entonces, y a diferencia de sus compañeros, descendió por donde había subido y se quedó ahí para poder anunciar a otros la maravilla que había detrás del muro y ayudarles a escalarlo. Así procede el maestro genuino. ¿Es que no hubiera sido mucho más fácil para Buda, Mahavira o Jesús, tras su liberación, dedicarse solo al deleite de esta?; pero, por infinita compasión, decidieron ayudar a los demás a escalar el Muro.

¡Cuán difícil es desconfiar por igual de esos impostores que son los extremos del placer y el dolor! Porque al perseguir implacablemente el placer lo convertimos en el pasadizo hacia el dolor, generando ansiedad y apego, y porque al aborrecer el sufrimiento agregamos sufrimiento al sufrimiento. La práctica de la meditación me iba mostrando una senda que es la de la indiferencia, no entendida esta como apatía o impasibilidad, sino en su más puro sentido de in-diferencia, es decir, no hacer tanta diferencia entre uno y otro extremo, que son trampas, emboscadas. Pero hay que celebrar la vida con intensidad, ya que estamos en este viaje, sabiendo compatibilizar los intereses y beneficios propios con los ajenos. Pero esa búsqueda indómita de placer a

toda costa ha creado una sociedad que es un verdadero monstruo, donde en nada se repara por emborracharse de sensaciones deleitosas aun en detrimento del resto de la humanidad. Es el peor lado del ego puesto en acción el que potencia todo en esta sociedad, sin que el ser humano hasta hoy haya logrado que este planeta no sea un manicomio de los otros, como dicen en broma pero significativamente los sabios hindúes. Pero como no se trata de ser un salvador de almas (¡ya ha habido y hay demasiados!), uno tiene que poner los medios para mejorar su calidad de vida psíquica y humanizarse, y, como dicen los guerreros espirituales, cada cual que celebre su propia guerra interior sin querer librar prepotentemente la de los otros.

La meditación formaba parte de mi vida cada vez en mayor grado. Lo mejor es incorporarla como una actividad más de cada día. Hay que comprender muy bien cómo opera, y yo lo iba constatando en mí mismo y quiero compartirlo, sobre todo con el lector que habitualmente medita. Mediante el entrenamiento meditacional vamos actualizando los factores del autodesarrollo (voluntad o energía, atención consciente, ecuanimidad, sosiego, contento interior, visión clara y lucidez), pero hay que tender un puente entre la meditación sentada (que es un banco de pruebas) y la vida cotidiana, y convertir la meditación en un arte y técnica de vida. Como dicen en broma los yoguis, si solo fuera sentarse, todas las gallinas estarían iluminadas. La vida cotidiana es el reto o desafío, pero también el banco de pruebas donde tenemos que desarrollar aún más esos factores de autodesarrollo, y ocasiones no van a faltar para ello, pues, dicho en tono coloquial, es donde hay que batirse realmente el cobre y bregar para ir logrando superar los rasgos nocivos de carácter, superar los condicionamientos o *samskaras* y lograr la libertad e independencia de la mente. Por un lado, la meditación sentada, pero, por otro, llevar los frutos de la meditación a la vida cotidiana y, estabilizándose en el “observador”, tratar de ir debilitando las tendencias nocivas e ir desplegando las constructivas, consiguiendo así modificar actitudes y obtener una verdadera transformación. Hay que lanzar un puente entre la meditación sentada y la vida cotidiana, y mantener una actitud meditativa en aquello que se piensa, se dice y se hace. Uno observa hacia fuera y hacia dentro el impacto del exterior y la propia reacción. Toda reacción desmesurada o anómala es neurosis e ignorancia. Y hay que entender que una cosa es la respuesta viva al momento y otra la reactividad que genera ofuscación y retroalimenta los *samskaras* como la leña la fogata. La meditación no se puede quedar entre las cuatro paredes de la habitación en la que meditamos. Debe trascenderla. Y así la

vida cotidiana nos da la oportunidad de continuar en incesante aprendizaje, de conocernos, transformarnos y realizarnos. Está en manos de cada uno avanzar o estancarse, o incluso involucionar, en el proceso de evolución de la consciencia. De ahí que Buda dijera: «Esperadlo todo de vosotros mismos». La vida se convierte en meditación y la meditación, en vida. Cada momento empieza a contar en el aprendizaje, y el viaje hacia fuera y hacia dentro. Con la voluntad y la atención vamos labrando el sosiego, la ecuanimidad, el contento interior, la visión clara de lo que es, y la lucidez que conduce hacia la verdadera compasión.

En compañía de Silvia, viajé a Bután, y en aquella época era sumamente difícil conseguir el permiso o ir hasta allí sin hacerlo en un grupo. Hicimos el viaje desde mi amada Darjeeling, por carretera, y resultó una experiencia memorable, aunque nunca tan intensa e inolvidable como las que me ofrecía, vez tras vez, la India. No me pierdo en esas pamplinas de si debo haber tenido conexiones o no en supuestas vidas pasadas. No dejo que mi imaginación se sobreponga a mi razón. Pero es cierto que la India ha ejercido siempre tal fascinación sobre mí que no sé cómo valorar todo ello, y eso que en los primeros viajes me hizo tanto penar que pensé en no volver jamás, pero una vez me llevaba a otra vez, y ya era como un reto o desafío, y también una experiencia profunda, indeleble y transformativa. Y cuando hace ya casi dos años enfermé de tanta gravedad, ya tenía yo mis billetes hacía tiempo sacados para regresar a ese país de profundísimas contradicciones y gigantescos problemas, donde mucho de lo que hubo, porque lo hubo, se ha fluido, casi se ha desertizado, como un campo que de tanto dar ha terminado por tornarse infructuoso y debe esperar un tiempo razonable para volver a ser productivo. Estamos en ese tiempo. Para bien o para mal, ya veremos con qué nos sorprende la India, pero mientras tanto contamos con la fabulosa herencia que nos ha dejado y los más grandes y fiables alimentos para el espíritu.

10. La India es mi aventura

Rom Landau escribió un libro sugerente llamado *Dios es mi aventura*, donde relataba sus encuentros con Krishnamurti, el conde de Keyserling y otros personajes. Yo escribiría *La India es mi aventura*, porque ese país ha sido una parte esencialmente importante de mi vida, no solo porque ha sido la patria del yoga, sino porque me ha hecho vivir todos los registros de mi sistema emocional, me ha inspirado y me ha enriquecido en numerosas facetas de mi ser.

El viaje hacia fuera, realizado con lucidez, sosiego, humildad y compasión es siempre viaje hacia dentro. Y en el viaje de la vida, el sentido está en vivir cada instante con comprensión clara y plenitud. Todo viaje de ida implica un viaje de vuelta, excepto cuando se alcanza *moksha*, porque entonces ya no hay a dónde ir y ya no hay de dónde venir. Se acaba la transhumancia. Deja de ser uno un nómada por el *samsara*. Solo en el viaje interior, si se encuentra *moksha*, ya no hay retorno, porque lo que tenía que ser hecho se ha hecho, y cuando no vas a ninguna parte, porque estás en tu ser, ya estás en todas, y al conocer al conocedor, las preguntas dejan de ser necesarias, porque la respuesta se ha hallado en esa mente inespacial que se esconde tras la mente condicionada.

¿Qué ha sido la India para mí? Casi todo. Primero fue una ensoñación romántica que se mantuvo durante años. Después fue una realidad contundente, casi brutal, con la que tuve que irme familiarizando. Luego ha sido el escenario de mis búsquedas, mis afanes e inspiraciones, mi “despertador” y mis consuelos y desvelos. Ya no podría comprender mi vida sin la India, ¡y mucho menos sin el yoga!

A veces he viajado a la India una vez al año, pero a menudo han sido dos o tres. Dejé de hacerlo una corta temporada para examinar qué tal me sentía sin la inspiración de la amada, y luego otra temporada cuando enfermé tras haber venido de Sri Lanka, pero ya llegaremos en su momento a esa parte de la película existencial, en la que uno no sabe si sueña o si es soñado, pero donde trata de buscar pistas para obtener otros enfoques de

una difusa realidad que nos turba y nos perturba en sumo grado, y que pensamos que la persona realizada mira con la serenidad del que mira una película y sabe que aunque haya fuegos en ella, uno no se quema.

Si mis viajes con Almudena no fueron de lo más cómodo, sobre todo en esa época de hace cuarenta años, tampoco lo fueron, en absoluto, los que realicé con Silvia Sánchez de Zarca. ¡Anda que no aguantó y siempre de buen talante, a pesar de mis exigencias en el viaje, de los lugares más que cutres en los que nos veíamos obligados a alojarnos muchas veces, de la sordidez de algunas carreteras infectadas de basura y de las inclemencias del tiempo, como consecuencia de las cuales no pocas veces, en épocas monzónicas, nos quedábamos tirados en rutas cenagosas, o nos veíamos sorprendidos por graves corrimientos de tierra! Soportamos huelgas, inundaciones, retrasos insufribles de trenes y aviones, averías continuadas de los viejos Ambassador, extravíos de muchas decenas de kilómetros en los desplazamientos y el riesgo cierto, a cada momento, de accidentes en la carretera, en el país que tiene más accidentes del mundo y donde parece que los conductores de camiones y autocares se ponen de acuerdo para avasallar en la carretera a todo el que circula por ella. Muy a menudo hicimos viajes de quince horas por carretera para llegar al lugar más remoto, ya fuera el valle de Lahaul o Rameshwaram, una aldehuela en Maharashtra o un santuario en las junglas. Silvia se ha ganado el cielo conmigo. Pero a veces, como la carne es débil por muy presto que esté el espíritu, nos deleitábamos descansando en las llamativas habitaciones del Hotel Samode, en el Rajastán, o del Hotel Silver Oaks, en Kalimpong. Hubo de todo, pero sobre todo emoción, afán de búsqueda y encuentro, alientos renovados a cada desfallecimiento, y ese contento, que ambos compartíamos, por ver y ver y ver todo lo que se iba presentando en las rutas de la India, donde todo queda abierto a lo sorprendente.

Rameshwaram es un sitio único, porque uno tiene la impresión de llegar a una soleada isleta donde se levanta un descomunal templo con los corredores más largos de toda la India y maravillosamente esculpidos. Hay un pozo de aguas sagradas y los peregrinos que cogen agua en el templo de Shiva de Benarés la traen hasta aquí, y viceversa. Algunos hacen la peregrinación a pie, y dura nada menos que tres años la ida y la vuelta. Pero el tiempo no cuenta en la India, excepto para los agresivos ejecutivos de Delhi o Bombay o para los especialistas en *software* de Bangalore. Se llega a Rameshwaram por tren, y es una rara experiencia entrar con el convoy por las aguas para alcanzar esta isla muy primitiva. Cuando yo la visité –ahora habrán cambiado las cosas–, uno solo podía

utilizar como vehículo la carreta de bueyes. Un amigo se empeñó en conducirme a un umbrío recinto en el que había dos túmulos mortuorios muy largos. Hay dos versiones sobre los cuerpos que allí fueron enterrados. Para unos, eran Abel y Caín, pues en esta parte del mundo se encontraba el paraíso terrenal. Para otros, se trata de dos extraterrestres llamados Abel y Mabel. En la India, se dice, hay toda clase de tumbas, y lo que se cuenta sobre ellas y las personas que están enterradas allí es, la mayoría de las veces, producto de la fantasía. Así ocurre con la tumba de Jesús, en Cachemira, por ejemplo, o, ¡quién sabe!, con la de santo Tomás, en Madrás. La única cierta es la de san Francisco Javier, en Goa. Me gusta visitarlas para ver la expresión de los peregrinos ante estas tumbas tenidas por muy santas. También he visitado, por ello, infinidad de tumbas donde yacen grandes maestros sufíes, como en Nizamuddin en Delhi o las de Ajmer o tantas otras. A Nizamuddin voy a menudo para escuchar cánticos sacros al atardecer.

Los viajes de “caza” de *sadhus*, anacoretas, yoguis, mentores y *sannyasins* habían sido un poco dejados de lado como *leitmotiv* principal, pues lo que yo deseaba ahora era penetrar en lo más hondo y significativo de la Madre India, ya que quería llegar a sus vísceras, a sus entrañas, desvelar lo que estaba velado, hollar hasta el rincón más remoto de un país inabordable, inacabable, y donde hasta el último guijarro o la más insignificante brizna de hierba me decían algo elocuente. Eso no quiere decir que cuando la ocasión buenamente lo brindaba no aprovechara para seguir teniendo algún encuentro espiritual, como me ocurrió cuando entrevisté a Adyatmananda, Subrotananda o Anandadevananda, entre otros.

Como el ferviente amante que quiere llegar más y más al fondo de su amada y le gustaría fundirse con su alma y ser un yo en dos yoes, así anhelaba yo alcanzar las raíces mismas de la India, su núcleo más íntimo. Y sus raíces son los *adivasis* o aborígenes, las primeras gentes de las tribus, aquellas que tantas humillaciones han tenido que soportar, que muchas veces han sido desposeídas de sus tierras para dedicarlas a la construcción de fábricas, aquellas que han sido uniformadas y a las que se las ha tratado de sustraer sus cultos, sus creencias, sus costumbres y tradiciones. Todavía quedan en la India nada menos que alrededor de cincuenta millones de personas tribales, aunque solo una parte menor conserva todavía sus ancestrales cultos y formas de vida. Muchas han sido ya “hinduizadas”, tristemente, y “modernizadas” sin ningún respeto. No hay que olvidar que fueron estas tribus los autóctonos del país, los primeros demócratas (pues sometían todo al Consejo para tomar decisiones democráticas), los precursores del ecologismo y

los mejores conocedores de las hierbas terapéuticas. Y hasta ellos quería llegar fuera como fuese. Y así emprendí un inmenso recorrido por carretera que me llevó a través de toda la zona montañosa de Orissa y hasta la ciudad de Jabalpur, en Madhya Pradesh, atravesando el enorme y desértico Bastar. Durante días y días me adentré en territorios tribales, visitando sus modestos pueblos y contemplando la zona que dejan para que vivan los espíritus de los fallecidos. Asistí a los abigarrados mercados en los valles, penetré en las modestas casas de adobe, a veces fui recibido a pedradas, pero casi siempre con gran respeto y amor. ¡Las hospitalarias tribus de la India! Más pobres que cuanto pueda decirse y a la vez generosas y de corazón abierto y amistoso. Los paraja, los bonda, los saoria, los toda y tantos otros grupos tribales que todavía siguen sus propias tradiciones, mucho más liberales que las de los hindúes ortodoxos y de estrechas miras. Visité los dormitorios colectivos donde los jóvenes se reúnen una noche a la semana a probar y celebrar sus tendencias eróticas, y fui recibido con entusiasmo en muchas aldeas por los *pradhan* o alcaldes, empeñados en llevarme a sus casas y darme algo de beber, a veces un licor que rasgaba las entrañas. Pero no me bastó con conocer las tribus del centro de la India, y me fui al sur a entrar en sus aldehuelas, como las que hay cerca de la reserva de Periyar o en el primoroso valle de Alampur. Y recorrí innumerables localidades del norte del país, para seguir conociendo a estas pacíficas gentes, que son como los testigos permanentes de la Madre India. Pero en Orissa, sí, he sentido la vida rural y sencilla de los aborígenes, que rinden culto a los espíritus de los lagos, los árboles, los valles y montañas, los ríos. Y me he deleitado contemplando la vida sencilla de estas gentes afectuosas, y he sentido su religiosidad cósmica y sin dogmas.

En la India me dejó llevar por mis instintos e intuiciones. En busca de estas aldeas y regiones tribales que ejercen sobre mí una rara fascinación incontenible, he viajado a las Montañas Azules, no una sola vez, sino muchas, para entrar en contacto con las numerosas tribus que hay en esas maravillosas tierras montañosas, donde abundan los frondosos bosques, los valles silentes y las aldeas de gentes hospitalarias y pacíficas.

Uno de los viajes más largos que hice en esos tiempos fue por las tropicales tierras del sur del subcontinente. Miles y miles de kilómetros a lo que saliera, aquí o allá, primero recorriendo todo el Estado de Karnataka y pasando noches embriagadoras para el ánimo en Badami, donde hay un lago, entre cuevas rupestres, al que acudía al amanecer a fin de ver a las mujeres de la localidad lavando en sus aguas la ropa, para lo que se sirven de

una especie de paletas parecidas a raquetas de críquet con las que golpean las prendas, haciendo resonar el golpeteo como un eco sordo en esas tierras serenas. Y de Karnataka al Estado con mayor proliferación de inmensos templos en la India, el de Tamil Nadu: Tanjore, Chidambaran, Madurai, y ciudades-templo que le dejan a uno apabullado. De paso fui a Kodaikanal, para disfrutar de su bucólico lago y parajes, al menos una noche. He cruzado toda el área de Pollani y he tenido ocasión de encontrarme con legiones de penitentes, que marchan tambaleándose con largas pértigas atravesándoles los carrillos; tan largas son que no pueden apenas mantenerse en pie y se caen hacia uno y otro lado, teniendo que ser ayudados por otros devotos para seguir en ese viaje agotador de penitencia y mortificación.

Ya en mi primer viaje a la India, en Bombay, estuve durante horas con un grupo de faquires que se hacían morder las manos por alacranes provocándoles que les saltaran hilos de sangre, o aquel otro espectáculo entre sórdido y llamativo, en Martand, Cachemira, donde un faquir se tragaba un buen número de serpientes que luego vomitaba. Pero los que se llevan la palma, y los he visto en varias ocasiones en Kataragama, en Sri Lanka, son los penitentes, más faquires también que otra cosa, que se cuelgan durante horas o días de los árboles, mediante cuerdas enganchadas a los anzuelos que atraviesan las carnes de sus muslos y sus espaldas, y otros que colocan sobre sus hombros un artefacto lleno de anzuelos y se atraviesan las mejillas con punzones. En la India florecen los que he venido en llamar los “oficios del hambre”, que van desde este descarnado faquirismo a los quiromantes y astrólogos, los “lectores” del pensamiento, los sacamuelas callejeros o los limpiadores de oídos, amén de masajistas de todo tipo, curanderos y contadores de cuentos o leyendas. Hay que ganarse la vida y malvivir en un país donde las condiciones son muy difíciles, por mucho que sea denominado hasta la saciedad como “emergente”.

Todas las veces que he ido a Ootacamund, la capital de las Montañas Azules, he deseado volver. Unas veces me he dedicado a recorrer las aldeas; otras a pasear por los bosques o a subir a la cima de la montaña más alta del sur, y otras he conversado muy a fondo con la que era la más destacada representante de los toda y me he dejado invitar por ella a algún restaurante chino de Ootacamund. La belleza de estas montañas es extraordinaria y su aire excepcionalmente puro. A falta de los Himalayas, son un consuelo, y como me gusta tanto la montaña en la India, con sus pueblecillos tan simpáticos, siempre que voy al sur trato de consolarme viajando por estas tierras

montañosas, donde hay un té de calidad óptima. Tras numerosos viajes a Nilgiri Hills, visitar aldeas, charlar con sus alcaldes y estudiar las costumbres de esta tribu singular que es la de los toda, cuya vida gira en torno a la figura del búfalo, escribí una de mis novelas espirituales más queridas, *El sabio de las Montañas Azules*, donde aparecen las creencias básicas y costumbres de esta tribu, cuyos sacerdotes anunciaron con antelación la llegada de los británicos. Cuando les preguntaron cómo lo habían sentido, dijeron: «Los búfalos saben, los búfalos saben».

Y he visto el quehacer religioso y cultural de sus sacerdotes, que son los únicos que pueden ordeñar a las búfalas sagradas, y lo hacen en el templo-lechería. E incluso he corrido de lo lindo tras la embestida y persecución de una de estas jóvenes búfalas, a la que por lo visto no le resultó muy grata mi presencia. Me desplazé hasta río Avalanche, en un lugar de hermosura increíble, que es el que cruzan los espíritus de los muertos en dirección al Más Allá, donde vivirán con los espíritus de los búfalos. No me extraña que Mircea Eliade dijera que en la India fue donde descubrió la verdadera religiosidad cósmica. A mí me ha sucedido lo mismo. Los toda insisten en honrar al espíritu de las montañas, de los ríos, y sobre todo de esos magníficos y poderosos animales que son los búfalos. También he visitado los poblados de las tribus irula y kota, pues estas tierras son un verdadero mosaico de tribus que cooperan y nunca han demostrado la menor agresividad las unas contra las otras. Pero llegaron los prepotentes e insensibles británicos y se apropiaron de estas tierras y perturbaron la vida de estas gentes de paz, hasta tal punto que en sus cruces con las mujeres indígenas las contagiaron de sífilis. ¡Y que haya quien diga que estos bárbaros dejaron cosas buenas en la India, aparte de una línea inmensa de ferrocarriles que no se han renovado y que experimenta el mayor número de accidentes del mundo! No es de extrañar que los avezados búfalos ya intuyeran las intenciones perversas de los colonizadores.

Nunca me ha resultado simpático el “tinglado” que han armado los seguidores de Aurobindo y la Madre en Pondicherry, ni el que la ciudad esté como dividida en dos: la india, ruidosa, sucia, congestionada, pero más divertida y personal, y la “occidental” o “francesa”, con sus calles perfectamente alineadas, limpia como una patena, al lado del mar, y donde hay un buen número de apartamentos de la organización de Aurobindo, que parece dominar toda la ciudad. Bueno, lo más interesante fue la detenida visita que hice a la maternidad, con decenas y decenas de mujeres en los patios, en una congestión apabullante, la sonrisa en los labios, muchas embarazadas y otras con su legión de críos

que no dejan de jugar. Y aunque no me gusta lo que se ha hecho en nombre de Aurobindo (explotando su energía y su espiritualidad), haciendo de todo ello una sección más del gran supermercado del espíritu, al anochecer varias veces he ido a meditar alrededor de los túmulos de Aurobindo y de su consorte mágica la Madre, esa mujer francesa que confió las finanzas, se dice, a siete avispados bengalíes y que le sacan buenos dividendos al lugar. Esos atardeceres son muy agradables, puesto que el patio de la casa de la Madre está plagado de olorosas flores; durante unos minutos se apagan las luces para llevar a cabo una corta meditación, en un sepulcral silencio, solo roto de vez en cuando por los gritos de los niños, que si en todos los lados los padres en general los maleducan, mucho más, incomparablemente más, en la India. Me refiero a los niños de familias acomodadas. Mucho leí las obras de Aurobindo en mi juventud, y aunque tiene descripciones muy notables, otras son demasiado teóricas o farragosas. Es como si a sus escritos les faltara amor o una pátina de cercana compasión.

A veces recorría grandes distancias en tren. En mis obras sobre la India digo que el mayor espectáculo del mundo es una estación india de una gran ciudad como Madrás, Calcuta, Bombay o Delhi. Y nadie que viaje a la India debería dejar de recorrer una buena distancia en tren, incluyendo, sin falta, una noche, donde uno se encontrará en su departamento de cuatro o seis literas, cerrado por una raída cortinilla, viviendo de primera mano la biología del llamado ser humano, con su profusión de estornudos, toses, ronquidos, suspiros, cuchicheos, gritos, ventosidades, eructos, y todo ello “adornado” por el continuo griterío de los vendedores que pasean por el pasillo ofreciendo té o refrescos o patatas fritas o unas galletas intragables en ocasiones normales, pero que resultan deliciosas en esas noches largas, casi interminables. Si uno viaja en litera con aire acondicionado, malo, porque el frío es demoledor; si uno viaja en litera sin aire acondicionado, peor, porque el calor y el olor son devastadores, y el ruido de los anticuados y enormes ventiladores, una pesadilla. Pero yo estoy muy acostumbrado a dormir largos trayectos en los trenes de la India, vigilando siempre que alguien no se me cuele en la litera, pues no da para dos cuerpos, y eligiendo la de arriba, que está un poco más distante de la implacable sinfonía de demostraciones fisiológicas de lo más variado e impúdico.

Y en esos largos trayectos en tren conocí a Ricardo, un hombre obseso, que a pesar de ser italiano hablaba perfectamente en castellano y que a lo largo de horas me puso al corriente de sus incursiones por la India. Dormía en los trenes y así tenía más dinero para

cuidar la alimentación, y viajaba durante tres o cuatro meses, a menudo, para luego volver a Italia y regresar a la India en cuanto le era posible. Me dijo: «Como no estoy casado, me he casado con la India».

¡Qué distinto es el ambiente de Pondicherry del de Tiruvannamalai! El turismo espiritual de Pondicherry es más clasista, refinado, rico; el de Tiruvannamalai, más sencillo y dispar. Cuando visité por primera vez el *ashram* de Ramana en Tiruvannamalai apenas había visitantes y la mayoría eran devotos o peregrinos hindúes. Hoy la afluencia de occidentales es enorme. Sin embargo, en el *ashram* reina la paz, el recogimiento, el silencio y la disciplina. ¡Menos mal! Volveré más adelante sobre el tema, pues no mucho antes de mi enfermedad estuve de nuevo allí durante tres noches.

Pero para poner a prueba la resistencia del más echado para adelante, en este caso Silvia, los viajes más largos, intensos, casi en constante ayuno, duros e inclementes, pero los más apasionantes y sugerentes, inspiradores y aun reveladores, eran los del norte, donde siempre, claro, solía incluir Benarés, pero donde, tras el coloso esfuerzo de los recorridos por el Uttarakand, tampoco me privaba de pasar unos días en el Rajastán para seguir visitando los poblados de tribus ya más modernizadas y tratando de ver el buen número de templos, no solo los jainas, que hay en toda el área. Nunca evitaba dejarme caer por el Museo de Jaipur, donde hay una excepcional colección de figurillas de ascetas y penitentes en las más espectaculares y acrobáticas posiciones para ejercer la mortificación. Ni siquiera mi ya célebre gato *Émile* es capaz de realizar tales contorsiones, pero mucho menos lo sería de someterse a las laceraciones y pruebas mortificantes de estos ascetas representados en unas figurillas que encantado me gustaría reproducir y coleccionar.

En esos viajes largos y siempre en los renqueantes y a menudo averiados Ambassador, iba conociendo a las gentes del espíritu más insólitas: desde el *sadhu* que llevaba doce años en voto de silencio y contestaba a las preguntas escribiendo en una pizarrita (y al que con mi pesada insistencia estuve a punto de hacerle romper el *mouna* o silencio), hasta el yogui que llevaba media vida bebiendo solo té, sin otra comida, según se decía, y que para meditar, durante horas y horas, se servía de una muletilla en la que apoyar la cara; desde el *sadhu* que habitaba en los crematorios y embadurnaba su cuerpo de cenizas mortuorias, hasta el perfectamente ataviado *sannyasin* que regentaba un *ashram* vedanta y era un fabuloso estudioso de las enseñanzas de Shankaracharya; desde el faquir que con su pene levantaba una roca, hasta el impasible asceta que dormía sobre un

lecho de espinos; desde el loco de Dios anunciando el final del mundo, hasta la refinada mentora que daba su darsán a decenas y decenas de embriagados devotos.

Bueno, debo confesarlo a estas alturas de la obra: me fascinan los *sadhus*. ¡He escrito tanto sobre ellos! No es solo por lo que son –que la mayoría no tienen ninguna sapiencia, o son mendigos, pordioseros, pedigüños, adictos o incluso dados a las fechorías–, sino por lo que representan. El verdadero y más auténtico, antiguo y persistente movimiento contrasociedad que ha habido a lo largo de la historia del ser humano es el del “sadhuismo”. Durante años me he empeñado en investigar en las raíces de este ancestral movimiento, donde todo no es tan anárquico como parece, pues hay diferentes escuelas, hermandades y órdenes de *sadhus*, de las que me puso al corriente durante horas el que fuera entonces el secretario general de la asociación de *sadhus* Bharat Sadhu Sama, llamado *swami* Harinarayananda, hombre estirado y demasiado solemne, que me dijo que *sadhu* quiere decir “hombre piadoso”, “buscador de lo Inefable”, y me habló sobre las numerosas órdenes de *sadhus* y los grandes festivales religiosos a los que asisten, así como sobre los que meditan en los cementerios y los que siguen los métodos tántricos. *Swami* Harinarayananda me aseguró que el mejor método para obtener la salvación es «a través de una combinación de métodos de meditación, recitación del mantra, la observancia del tantra y el trabajo con el *yantra*». Y finalmente concluyó: «Así, el ego será suprimido y alcanzada la última realidad».

En la sede de esa misma asociación, mantuve otro día una larguísima conversación con un joven *swami* llamado Subrotananda, natural de Calcuta, hombre de gran agudeza mental. Toda esta interesantísima conversación está incluida en mi obra *Conversaciones con yoguis*. Me señaló que había cambiado la concepción del gurú. «El gurú está en la propia mente –me dijo–. Uno puede ser gurú de una persona y esa persona, gurú de su gurú. Así, el gurú no es algo fijo. Yo puedo ser su gurú en un momento dado, y usted puede ser mi gurú en otro. Es un proceso dinámico, no algo estático.» Puso mucho énfasis en la necesidad de desarrollar compasión. Dijo que la verdadera sabiduría se desarrolla a través de la compasión. Y a lo largo de la profunda conversación que mantuvimos, con el ruido de fondo del incesante croajar de los cuervos, puntualizó: «En el tantra, la relación con la pareja debe fomentar esa compasión. En la relación hombre-mujer sobreviene un *pranayama* automático y natural. La compasión que surja de la pareja debe ser extensible a todos los seres sintientes». Y antes de despedirnos, cuando le pregunté por la meditación *vipassana*, me dijo: «Toda la vida debe convertirse en

vipassana. Cuando se está atento en cada momento, toda actividad es *vipassana*. No se trata de permanecer alerta y ecuánime durante una hora. Si se está atento, alerta, en todo lo que se hace, el ego se torna un testigo. Está muy bien sentarse y meditar, pero hay que mantener el *vipassana* en la interacción con los demás». Me enteré en sucesivos viajes a la India de que había dejado de ser *sadhu*. Él me había dicho: «El *sadhu* vive el lado bueno de la vida. Pero el yogui es quien vive el lado bueno y el lado malo de la vida». Después de haber estado ciertamente a punto de morir muchos años después por mi grave enfermedad, recordé unas palabras muy significativas que me dijo sobre la muerte: «Hay que aprender el arte de vivir y morir. Cuando sabes que a cada momento estás muriendo, y lo comprendes de verdad, tomas todo de una manera natural y abandonas el miedo, y al abandonar el miedo desaparece el apego. Comprendes que en cada momento hay muerte y en cada momento hay nueva vida, y trasciendes el miedo».

Hay *sadhus* nómadas y otros más sedentarios; *sadhus* que pertenecen al culto *shaiva* o al *vaishnava* o a cualquier otro. Estuve con un enorme grupo de *sadhus* en la Kumbha Mela de Nasik y en la de Hardwar, en los campamentos de los *sadhus* disponiéndose a viajar a Ganga Sagar en Calcuta y en infinidad de lugares de la India. Siempre es como si, más que conocerme, me hubieran re-conocido y surgiera una íntima conexión entre nosotros. Les he aceptado una pieza de fruta o un té, pero no compartir su pipa para fumar ganja, porque no creo en las “obnubilaciones” mentales que parecen ofrecer algo y solo producen atolondramiento, en lugar de lúcida y plena consciencia. He caminado con *sadhus*, departido con *sadhus*, comido con *sadhus* y hablado durante días con *sadhus*. Son un símbolo, un signo, un arquetipo. Siempre he estado cómodo con ellos, aunque algunos no se recatan en mostrar su obscenidad ni su sarcasmo. Hay que saber manejarlos. Se me ha dado siempre bien y me han inspirado. En una sociedad ambivalente, hipócrita, borreguil, acartonada, competitiva y voraz, los *sadhus* son un testimonio inapreciable. Si un día deja de haber *sadhus* en la India, las cosas estarán todavía peor de lo que están. La primera vez que yo viajé a la India me dijeron que había siete millones de *sadhus*, y ahora por lo visto no llegan a los dos millones. ¿Se extinguirán? Shiva no lo permita, no lo quiera, no se le ocurra. Una India sin *sadhus* sería como un bosque sin árboles.

¡Cuántas veces no habré pasado por Rishikesh! Y así he podido ir comprobando sus cambios, no siempre para bien. En 1972, el presidente de la Misión Ramakrishna ya me

dijo: «Rishikesh no es lo que era». Pues imagínese usted ahora. Y no le digo nada si cae en manos de un gurú como el del Parmarth Ashram o de cualquier otro fatuo de la zona. No pierda el tiempo, de verdad. Pero fue en Rishikesh donde yo mismo, entonces muchos años más joven, pero muchos, me percaté de la fascinación que un romántico buscador puede sentir por un *sannyasin*. Y esta fascinación me alcanzó tanto a mí como a Silvia, y supongo que más a ella que a mí porque este *sannyasin* era especial y cautivadoramente atractivo. Fuimos varios años a visitarlo para poder entrevistarle y meditar en su *kutir* (“ermita”). Éramos de la misma edad y, como yo he sobrevivido a mi enfermedad, algo por lo que nadie apostaba un penique, pues ahora también tenemos la misma: sesenta y ocho años. Entonces, unos cuarenta.

Íbamos caminando plácidamente por una zona que se llama Swargashram, al otro lado del río, donde hay un buen número de *kutires* que se extienden junto a un paseo que asciende a la parte alta de Rishikesh. Nos alojábamos en el *ashram* Vida Divina. De súbito, a unos metros por delante de nosotros veo a un *sannyasin* caminando como si flotara, el cuerpo esbelto y ataviado con una impecable túnica anaranjada que deja entrever un cuerpo fibroso. Camino deprisa tras él. No se ha percatado todavía de mi presencia. Veo que se dirige hacia una casita rodeada de un pequeño terreno. Voy acechándolo y finalmente lo asalto.

—¿Me deja fotografiarlo? —pregunto.

—¿Para qué quiere una foto mía?

—Para el recuerdo.

Me invita a entrar en su parcela y nos sentamos en el porche de su *kutir*, entre el vocerío incesante de los monos y muy cerca de por donde discurre el Ganges. Es el comienzo de una intensa relación de años, durante los cuales lo seguí visitando para entrevistarle. Silvia y yo le tomamos un gran cariño en ese primer encuentro, y durante días estuvimos yendo a su *kutir* y luego viéndonos para comer o tomar un té en alguna *dabha* del pueblo. Era de un atractivo turbador para las damas y un personaje muy sugerente para los caballeros. Una belleza crística, con sus largos cabellos y su barba, enfundado su fibroso cuerpo en una túnica anaranjada impecable. Hacía las posiciones de yoga con gran destreza y tuvimos ocasión de meditar con él en su celda y de hablar a fondo sobre *chakras* y *kundalini*. Me aseguró que el verdadero *hatha-yoga* es muy importante para sincronizar y armonizar el cuerpo y la mente, y me dijo que nunca debía dejar de meditar. Cuando le pregunté si tenemos que alcanzar la realidad cósmica, me

dijo: «No hay nada que alcanzar, pues ya está alcanzada; hay que sentir y reconocer lo alcanzado. Hay que percibir nuestra naturaleza real. No se trata de obtenerla, porque jamás hemos dejado de tenerla con nosotros. Se trata de penetrarla y experimentarla». Siempre sostuvo que el nuestro era un encuentro kármico.

Cuatro veces intenté el desplazamiento de Rishikesh a Gangotri. Solo a la cuarta lo conseguí; lo reconfortante fue que al menos en dos ocasiones logré acceder a Badrinath. Gangotri, en los altos del Ganges, se resistía. Pero para mí ese viaje tenía mucho de simbólico e iniciático, porque era como ir ascendiendo al lado del Ganges hacia el origen, en este caso mi propio origen interior, mi naturaleza real, la que yace en la antesala de la mente ordinaria, o sea, en la fuente del pensamiento.

Fue un viaje muy accidentado. Tenía que haberlo hecho en un día desde Rishikesh, pero duró tres. Lluvias torrenciales, desprendimientos de tierra, cortes de horas en la carretera. En Karnaprayag nos vimos obligados a dormir en un dormitorio colectivo de estruendosos peregrinos sijes. ¡Vaya nohecita a la India! Las risotadas hacían temblar las paredes, la luz no se apagó ni por un minuto, la locuacidad llegó a su extremo, y ni el antifaz ni los tapones para los oídos ni el cansancio acumulado servían para poder conciliar el sueño.

Por fin Gangotri, entre colosales montañas, con un modesto santuario al final de una callejuela enfangada y lleno de sórdidos puestos de comida y objetos religiosos, mientras los *sadhus* se sentaban en el suelo en corro a fumar sus pipas de *bang*. Elegí para dormir, como el más aparentemente acogedor lugar, un bungaló para turistas. En la India, este tipo de alojamiento puede ser mediocre, malo o espantoso. Este pertenecía a la última categoría con todo merecimiento. No tenía luz natural, el olor a queroseno era asfixiante, el jergón estaba desvencijado y el raído edredón apestaba. Como el bungaló estaba muy cerca del río, donde su caída es impresionante, el ruido resultaba atronador. Otra mala noche de tantas en la Madre India, que precisamente en esas ocasiones no te acuna. Los cánticos sagrados en la distancia, sofocados por el estruendo de las aguas del río. Al amanecer un té insípido y muy caliente, unas rancias galletas Britania como todo desayuno, y al templo. Se agolpan los devotos, huele a sudor y a sándalo, se pasa la palmatoria sagrada con el fuego purificador entre las manos de los asistentes y luego recibimos el empalagoso *prasad* o alimento bendito, una pasta pegajosa que te dejan en la palma de la mano y que te llevas a los labios.

El sueño se ha cumplido. Ya he hollado uno de los santuarios más santos de la India. Me pongo en marcha hacia Almora, la muy cargada de sentido iniciático, donde han vivido yoguis y lamas, donde meditaba Vivekananda, donde pasó varios años Lama Anagarika Govinda, por cuyo libro *Fundamentos de mística tibetana* hice todo lo posible para que se publicara en castellano.

Pero si accidentado había sido el viaje a Gangotri, no lo fue menos el de vuelta. Lo habitual en aquellos viejos Ambassador: el radiador se rompe y se vierte el agua, con lo cual cada pocos kilómetros vamos parando para coger agua del río o de alguna fuente en los pueblos. Es noche cerrada. El conductor no puede tener los párpados abiertos, aunque de vez en cuando le propino una cariñosa colleja para evitar el desastre. Las aguanta estoicamente. Le insisto para encontrar algún alojamiento. Se encoge ambiguamente de hombros. Por fin le hago parar en un poblado y pregunto en una casa si tienen una habitación. Es una casa de una sola habitación y en ella duermen, en un jergón en el suelo, un hombre, campesino, y su hijito. Despierta al hijo y me alquila la habitación por esa noche. Siento en mi cuerpo el calor de sus cuerpos recién incorporados. Huele a heno y a establo, a boñiga y *dhal*.

Rutas y rutas por toda la India. Puedo decir que el norte del país lo conozco como la palma de mi mano, pero aun habiéndolo recorrido tantas veces, siempre lo vivo con la misma renovada intensidad. Mi India querida. Uno de los recorridos más especiales fue el que hice en automóvil por todo el Gujarat, sin dejar un lugar por visitar. Me sentí conmovido en la casa-museo de Gandhi en Porbandar; entusiasmado en los enclaves jainas, fabulosos, de Palitana y Monte Girnar; sobrecogido con la sordidez de la ensoñada Dwarka; animado e interesado en la isla de Diu, donde disfruté de sus aguas calientes; sumamente motivado recorriendo las tierras del Gran Rann de Kutch y visitando un gran número de poblados tribales, para finalmente recalar en la capital, Bhuj, que hace años padeció un terremoto terrible.

Por aquellos años comencé a efectuar semanalmente en Madrid un programa de radio que desde el principio se llamaría la *Tertulia humanista*, siempre en compañía de mi hermano Miguel Ángel, que además recitaba sus poemas. Hemos estado emitiéndolo, en diferentes emisoras, a lo largo de nada menos que veinticinco años, siendo el único espacio de este tipo en el país. En él hemos abordado infinidad de temas relacionados con el alma humana y con cómo humanizarnos y lograr la evolución de la consciencia. No podemos resignarnos a quedarnos empantanados en ese estado de mediocridad que es

la semiconsciencia o consciencia crepuscular. Podemos poner todos los medios e instrucciones que hemos recibido de las mentes más realizadas para poder hacernos más sabios y lúcidos. Uno no tendría que resignarse a su propia imbecilidad e insensibilidad. No seamos como el mendigo de Calcuta, que vivió toda su vida pidiendo una limosna y cuando murió se descubrió que bajo la tierra en la que se sentaba había un tesoro. La visión correcta es mirar hacia fuera y mirar hacia dentro. Vivir y vivirse. Ser y “serse”. Para que llegue un momento en el que ese gran ilusionista que es el ego pueda ser desenmascarado y ocupar el lugar que debe tener, que no es el de un reyezuelo tiránico.

Fueron años en los que impartí numerosas conferencias y, sobre todo, publiqué un buen número de libros sobre filosofías orientales, yoga, yoga y zen, superación personal y relatos. Asimismo, empecé a investigar muy a fondo las afinidades del yoga y otros sistemas, el yoga y las psicologías humanistas, las ciencias del espíritu de Oriente y las de Occidente, sobre todo las técnicas de autorrealización al margen de cualquier sistema religioso instituido, con la convicción de que una persona puede tener una mente mística aun sin estar en ningún culto o sistema religioso, o sin creer en lo más mínimo en un regente divino o en la trascendencia del alma, o que, por el contrario, una persona aparentemente muy religiosa o afiliada a un culto puede no tener el menor sentido místico y solo estar ciegamente aferrada a sus dogmas y creencias, viviendo de espaldas a la experiencia transformativa, que es la única que sirve en cuanto a la evolución de la conciencia.

Investigué también a fondo en las obras y estudios de Fromm y Maslow, e incluso en los de ese arrogante y fatuo individuo que era Pearls, que por mucho que supiera no tenía ni la menor idea de manejarse con su ego, y así dijo cosas fecundas y relevantes, pero otras muchas desatinadas y confusas. Lo peor de muchos de estos “inventores” de enfoques psicológicos y terapéuticos (y me refiero concretamente a Pearls) es que no logran muchas veces emerger de su visión personalista y estrecha, con lo que sus aportaciones son valiosas, pero se quedan a medio camino. Fue el caso del padre del conductismo, Skinner, que caía en sus propios extremismos al negar el de los otros, y el mismo riesgo es el que acecha al cognitivismo y sin duda, en otro sentido, a la psicología transpersonal. En lugar de haber un fértil sentido de síntesis o fusión, convierten su sistema en sectarista y la mentalidad de este en dogmática, y hasta donde he podido investigar en esta dirección las psicologías y sistemas soteriológicos de Oriente están a años luz. La mentalidad occidental a menudo se encasquilla y encasilla en dualidades y

no sabe unificar adogmáticamente, como le sucedió también al mismo Freud, por lo que no logra resolver la aparente pero complementaria antítesis del *yin* y del *yang*, dando la espalda al Tao. Y qué decir de la psicología estrictamente académica, basada en una paranoica y compulsiva tendencia a “estatificarlo” todo, como si el ser humano pudiera ser sometido a simples tipos, recetas, etiquetas y descripciones. En el otro extremo, las terapias o métodos de trabajo psíquico de vanguardia caen en la misma equivocación, desde el eneagrama a las constelaciones familiares. El secreto no está en optar, sino en complementar, y por eso, aunque muchos se resintieron (los que no supieron entender el correcto punto de vista) con mis opiniones sobre las terapias alternativas en mi obra *En el límite*, es necesario entender que ya el mismo término “alternativo” crea conflictos, tensión, la violencia de elegir. Sería mucho mejor hablar de “medicinas o terapias complementarias”. Y en el complejo, polivalente y muchas veces difuso universo de la medicina, tanto de la medicina oficial como de las alternativas, sus miembros pecan de dogmáticos, en lugar de buscar conciliar sabia y ecuanimemente.

Cada vez que viajaba a la India trataba también de entrar en contacto con “yogoterapeutas”^{**} y con gentes que pudieran abrirme nuevas veredas en mis indagaciones sobre los métodos soteriológicos de la India. Aprovechaba para contrastar opiniones, y cuando era posible, conectaba con médicos tibetanos, o yo mismo me dejaba diagnosticar y recetar. Luego volveré sobre él, pero durante muchos años he estado visitando a mi admirado amigo el doctor Lobsang Tashi, tanto cuando estaba en Ghoom, como en Kalimpong o en Sikkim. Así también aproveché varias veces para recorrer en *jeep* todo Sikkim e ir visitando sus *gonpas* y entrevistando a los monjes y lamas. También conocí a algunos eremitas y yoguis que practicaban los yogas de Naropa y entrevisté durante horas al director del Instituto de Estudios Tibetanos.

En esa excitante, vital y recurrente aventura de la India comencé a disfrutar de lo lindo, con una renovada vitalidad y entusiasmo, aunando entrevistas, recorridos por insólitos parajes, encuentros con eremitas, asistencia a toda suerte de festivales sacros, como el de Shiva en Kedarnath o el de Krishna en Orchha, y largos recorridos por carretera o tren para conseguir llegar a los puntos más remotos o insospechados. Nada me hacía vibrar tanto como la India en esos años; nada más llegar al aeropuerto me cambiaba la actitud y me sentía invadido por una fuerza arrolladora que incluso me permitía rebajar a la mitad las horas del sueño, dejar de comer si llegaba el caso y emprender viajes extenuantes, en los que yo me sentía renovado y dichoso. Me movía el

afán de viajar hacia fuera y hacia dentro, de descubrir la India exterior y la que yace en mi propio corazón.

Tanto ha dado la India espiritualmente, tanto, que todo se ha ido fluyendo, diluyendo y a veces desertizando, como la tierra que tantas cosechas ha ofrecido, que se ha esquilado y necesita un tiempo para renovarse y revitalizarse. Ha sido la cuna de las más altas metafísicas, filosofías y sistemas soteriológicos, y todo ello ha persistido desde la noche de los tiempos porque ha tenido un método real de transformación y no se ha quedado en meras abstracciones filosóficas, y ese método no es otro que el yoga, que se ha ido incorporando a todos los sistemas liberatorios, porque en sí mismo es aséptico y neutral y eso le confiere todo su poder y su inmortalidad. El yoga es experiencia y realmente transformador, y si algo requiere el ser humano es esa transformación para dar todo lo mejor de sí.

Inmerso en el yoga desde hace más de cinco décadas, no puede dejar de dolerme, y mucho, que haya entre ciertas personas y escuelas una comprensión tan pobre, incluso banal, del yoga, al que convierten en un mero ejercicio físico atlético y egoico, donde incluso surgen practicantes pagados de sí mismos que lo único que exhiben es su poder contorsionista y sus habilidades de elasticidad, como si eso fuera verdadero *hatha-yoga* y no una mala, muy mala, copia de esta. Y esos falsarios que degradan el yoga crean confusión y hacen un daño irreparable a muchos aspirantes, como aquellos otros “gurús” que aseguran que la persona se puede realizar sin pasar por ningún *sadhana*. Asimismo, los que como lobos vestidos de corderos se presentan como amigos del espíritu y, en realidad, son enemigos y se alimentan del orgullo espiritual, que es el peor de los orgullos. Y todo ello está sucediendo tanto en la India como en Occidente, porque la obsesiva demanda del occidental de nuevos artículos “espirituales” hace que muchos monten su caseta de feria en el supermercado espiritual y se unan a esas corrientes mostrando pseudoyogas o yogas sucedáneos y desnaturalizados, o se erijan en “emblemáticas” figuras de la espiritualidad hindú para encontrar a personas de gran inmadurez emocional que requieren ser dirigidas, controladas y aun explotadas.

Pero en la India, por fortuna y porque la lámpara del *Dharma* verdadero es inextinguible, continúan existiendo sencillos maestros y eremitas y *sadhus* y preceptores que perpetúan la Enseñanza. Como tantas veces me ha dicho Sibananda, no se exhiben, ni persiguen a los ricos y poderosos, ni se codean con los políticos corruptos, ni tienen necesidad de envanecerse con sus conocimientos, ni alardean de *siddhis* (“poderes

ocultos”), ni se dicen los únicos o mejores. ¡La farsa de los gurús! ¡La desvergüenza de los que hacen pasar por yoga lo que no es yoga! Pero cuando voy a la India, ya me basta en los últimos años con disfrutar de la India en sí misma. Es como ir a recoger su aroma de eternidad para vivificarme con él. Hay un libro que se titula el *Prodigio de la India*, y es que sin duda la India es un prodigio.

11. Una vida a través del yoga

Comenzaba a ser reclamado por infinidad de medios e invitado a dar conferencias y talleres. También empezaba a dirigir colecciones de orientalismo y espiritualidad y a realizar gran número de prólogos para obras de este tipo. Asimismo, me llegaban de continuo contratos para escribir obras y realizar fascículos, casetes y vídeos. Estaba por completo dedicado a la difusión del *Dharma*, la enseñanza y mi práctica personal, y además todos los días dedicaba al menos cinco horas a escribir. Con mi hermano Miguel Ángel comencé a asistir a distintos programas de radio, hasta que un día creamos nuestra propia tertulia radiofónica.

Aun habiendo ya escrito un buen número de libros de yoga, abordando las distintas ramas y técnicas de este sistema de mejoramiento humano, siempre me quedo con la sensación de que podría haber dicho mucho más, y todo por la muy simple razón de que el terreno del yoga es tan inagotable como inabarcable. Compartiré una anécdota con el lector. Cuando yo era joven, unos años después de haber comenzado con la práctica del yoga, entrevisté a un mentor indio de yoga. Creyéndome muy avisado en ese momento, le pregunté cómo es que no había un sistema en el que se incluyese naturismo, filosofía, metafísica, psicología, formas de vida, y demás. Me miró extrañado y me dijo exclamativamente: «¡Pero si eso es el yoga!». Ciertamente: eso y mucho más es el yoga.

No obstante, por desgracia, hay “maestros” o libros que simplifican el yoga hasta lo verdaderamente grotesco, y entonces mucha gente no tiene ni la menor idea de la grandeza del yoga y de sus inspiradoras dimensiones. No hay sistema más completo, elaborado y verificado que el yoga; por algo el gran científico Julian Huxley dijo que era el sistema ascético más venerable del mundo, entendiendo aquí por “ascético” un método de perfeccionamiento, de un calibre tal que uno no lo entiende o alcanza a comprender hasta que comienza a practicarlo. El yoga es práctica, método, experiencia. Cuando se practica con la debida atención, sin quedarse en las apariencias, nos percatamos de la capacidad del yoga para ir reorganizando toda la vida psíquica y ayudar

a “quemar” todos esos condicionamientos (*samskaras*) que acarreamos desde que estamos en el vientre de nuestras madres y que nos someten a servidumbre. Lo que sucede es que, al ser uno el propio laboratorio viviente sobre el que se trabaja, se requiere mucha paciencia y no poca sagacidad, pero podemos ir descubriendo en qué modo esa tarea de re-composición y armonización nos va haciendo bien y, lo más esencial, va procurándonos otras formas de ver, sentir y reaccionar. Nada ha sido dejado al azar; nada es gratuito. Uno enseguida se percata, por poca lucidez que tenga, de que todo en este sistema ha sido atado y bien atado, y que todo es fruto de una larga elaboración y experimentación. Se trabaja sobre el cuerpo, las energías, la mente, las emociones, el carácter y los diversos comportamientos. Es muy importante la presencia de la atención para poder ir experimentando en profundidad. No debemos pasar por alto los principios esenciales del *karma-yoga* o yoga de la acción consciente y, por supuesto, del *jñana-yoga* o yoga del conocimiento de orden superior, que facilita la percepción suprasensible. Por un lado, yo no dejaba de investigar en todas las vertientes yóguicas y, por otro, no paraba de poner en práctica lo que mi motivación y fuerza de voluntad me permitían.

En mi afán de contrastar las enseñanzas del yoga con la ciencia moderna, además de todas las pesquisas que había realizado con médicos de distintas especialidades y en la propia India, y de haberme yo sometido a buen número de pruebas, comencé a investigar con el que llegaría a ser uno de mis más íntimos amigos, fiel alumno durante muchos años, José Álvaro Calle Guglieri, que tiempo después dirigiría una colección de neurociencia para una afamada editorial, en la que él publicaría un interesante libro al respecto y luego otro escrito a medias conmigo. Durante innumerables sesiones estuvimos contrastando las técnicas del yoga, y sobre todo la meditación, con los conocimientos científicos de la neurociencia. José Álvaro tiene cinco carreras, entre ellas la de Medicina, Psicología, Ingeniería Aeronáutica y Física. Le cabe el indiscutible honor de haber sido uno de los precursores de la exposición de la neuroplasticidad, y no solo eso, sino del rejuvenecimiento en general, y en particular del cerebro. Durante años mantuvimos conversaciones a cual más enjundiosa sobre el cerebro, la mente, la consciencia y la eficacia del yoga y la meditación. Ya hacía más de dos décadas que él daba clases y pronunciaba conferencias sobre los dos hemisferios del cerebro, y convencido sostenía: «Para evitar los efectos desestabilizadores del mundo neurotizado en el que vivimos, pensamos que la práctica del yoga o del zen (más adecuado el

primero a la mente occidental), unida, si es posible, al cultivo de las artes, puede representar la terapia psicosomática preventiva más natural y eficaz que se le puede proporcionar al hombre actual, en una época en la que casi todas las “soluciones” que se le pueden ofrecer son artificiales (drogas, *biofeedback*, etcétera), y muchas veces inoperantes».

En esa práctica asidua a la que yo me sometía a diario, le daba especial importancia a lo que los yoguis llaman *prana* o fuerza vital, y trataba de reunificar las energías dispersas y de fomentar la acumulación de esta vitalidad que como tal hace posible la vida. Pero en último caso, el yoga es una actitud de vida, o sea, que hay que metabolizarlo y llevarlo con uno a todas partes, impregnando con esa actitud cada momento de lo cotidiano. El yoga de la vida cotidiana es esencial. No solo es el yoga una práctica que debe ejecutarse entre cuatro paredes, sino que sus frutos han de ser conducidos a la vida diaria. Por eso hay una enorme distancia, un abismo, entre ser un practicante de yoga y ser un yogui.

Algunos mentores espirituales ponen el ejemplo del salmón para darnos a entender por qué en muchas personas se produce esa necesidad imperiosa de retornar a la fuente y ligarse (yoga) con ella. Un salmón puede vivir plácidamente en lo profundo del mar y, de repente, sentir que tiene que viajar hacia el origen, para allí acoplarse y dar vida a huevos que serán nuevos salmones. Para eso es capaz de recorrer grandes distancias y arrostrar no pocos peligros, porque no puede resistirse a esa llamada desde lo más profundo. Hay seres humanos que sienten esa viva llamada hacia un estado de conciencia distinto y mucho más elevado, y sin poder evitarlo se abocan en su búsqueda, aunque los riesgos (incluso los psíquicos) no sean pocos.

En tres ocasiones tomé lo que se llama Refugio en el budismo. Y fue con tres grandes seres: Kalu Rinpoché, Piyadassi y Mahinder. A Kalu Rinpoché lo entrevisté una vez durante un buen espacio de tiempo en Sonada, donde regentaba un monasterio, y estuvimos debatiendo sobre el ego y su provisionalidad y, en última instancia, inexistencia. Luego lo entrevisté largamente cuando vino a Madrid y aproveché para tomar Refugio con él, en cuyo acto me dio el sobrenombre de «Serenidad Inmutable». ¡Ya querría yo que fuera así! En esa misma ceremonia había una persona que anteriormente no conocía, Augusto Colmenares. En principio, se me presentó como psicoanalista. Yo no sabía la ingente cantidad de conocimientos que había en aquella cabeza pequeña en tamaño, pero muy grande en sapiencia.

Después de años de intensa y frecuentada amistad, nos distanciamos, sin razón ninguna, salvo aquella de que los troncos se juntan en el mar de la vida para luego separarse y tal vez otras veces volverse a juntar. Pero las sincronicidades son implacables, la red todo lo envuelve por sutil e incluso ladinamente que lo haga, y creemos que estamos lejos por estarlo en el espacio, pero estamos muy cerca, aunque de ello no nos percatemos. En el Uno todos estamos juntos. Siempre me ha conmovido e inspirado la historia del monje moribundo que le dice a su discípulo: «Nos echaremos de menos tú y yo, pero no dejemos que sea demasiado. En verdad, ninguna separación ni ningún encuentro tiene lugar. Siempre estamos en el Uno».

Mientras yo estaba grave en la UCI, mucha gente que me conocía se acercó al hospital para saber si evolucionaba favorablemente o, como se presuponía si se daba el peor de los casos, me iba al otro lado, pero no apareció por allí el doctor Augusto Colmenares, pues hacía muchos años que no nos veíamos, aunque seguro que siempre hemos estado conectados por ese “cordón de plata” en el que él, como buen tántrico, no deja de creer. Pensaba yo que igual no volvería a saber de este hombre singular, eso pensaba, pero el que fabrica nuestros sueños, el constructor de tantos atinos y desatinos, sigue sus planes, a veces insospechados, casi siempre de lo más incognoscibles. Así, un día Álvaro Enterría me llamó para invitarme a cenar en su casa y allí que fui, cómo no, si las cenas de su encantadora esposa son una delicia. Hay un buen grupo de personas, y entre ellas me encuentro con mi antigua amiga Pepa, la que fuera dueña del restaurante la Biotika, de comida macrobiótica, seguidora insobornable, por lo menos en aquella remota época, de Baba Muktananda. Ha viajado mucho a la India. Charlamos sobre la confusión que creó la decisión de Muktananda al nombrar herederos espirituales. Y de repente me dice con quién ha hecho, entre otras personas como su marido José, su último viaje por la India. ¡Con Augusto Colmenares! ¿Quieres, amigo lector, ser conocedor de un testimonio impresionante? Augusto no es un hombre lineal, mediocre, sin enjundia; todo lo contrario. Y de un hombre no plural, sino significativamente singular, todo puede esperarse ciertamente. Vende su coche, vende su piso y se va a la India, pero no pensando en un viaje de vuelta, sino solo de ida, como los que se van a Suiza a la clínica Dignitas a morir apaciblemente, asistidos, y no necesitan viaje de vuelta. Y allí a la India que se va Augusto para dejar su cuerpo en esas tierras tan santas, a los ochenta y tanto años de edad. Tiene valor, pero otra vez aquello del hombre propone y Dios dispone. ¡Shiva es de temer, porque con él no hay quien sepa! Es imprevisible, como la vida;

impredecible, como la vida; incognoscible, como la vida. Y Augusto enferma (¡y lo que es enfermar en la India para un occidental!), y no es tan fácil dejar el cuerpo cuando uno quiere. Y tiene que volverse a España. Pero esa aventura tiene mucho de quijotesca y gloriosa. No se muere cuando se quiere, sino cuando se puede. Pero se muere, pues, como dice Bhartihari: «el hombre se arrastra hacia el fin del errático curso de su vida, y, como un actor, se pierde detrás del telón de la muerte». Si hay un karma de muerte, se cumplirá. Si no, la vida seguirá su curso hasta morir en la inmensidad. Pero lo que es indudable, y yo lo iba a comprobar de primera mano años después, es que la muerte está de continuo al acecho, tanto que a veces nos extraña seguir vivos todavía. Excepto para los que padecen tanatofobia, que por lo visto no son pocos en Occidente, vendría bien rememorar, como yo he hecho durante años, sin la menor pesadumbre, el siguiente texto del *Ramayana*: «Rodando sin tregua, noche y día, decaen las vidas de los mortales, al igual que los rayos ardientes del sol estival merman los siempre decrecientes arroyos. Cuando las personas descansan en su hogar, la muerte reposa también a su lado. Cuando día tras día salen, la muerte los acompaña en su camino; la muerte va con ellos cuando vagan errantes; la muerte está con ellos cuando están en su hogar».

Le preguntaron a un lama cuál era el mayor milagro, y dijo: «Creer que los otros son los que se mueren». Pero el recordatorio de la muerte ennoblece y resalta la vida, y entonces no nos permitimos tantas mezquindades. La muerte no está solo en los telediaris. Castaneda lo escribía: «Es la dama que va al lado de tu hombro izquierdo, alarga la mano y te fulmina». Pero a los que espante la idea de la muerte que se abstengan de leer textos como estos, no les vaya a suceder lo que le pasó a Amado Nervo, a quien le afectó tanto leer la *Imitación de Cristo* de Kempis, donde se insiste en la fugacidad de todo, que escribió un hermoso poema que comienza:

«Ha muchos años que busco el yermo,
ha muchos años que vivo triste,
ha muchos años que vivo enfermo
y es por el libro que tú escribiste».

Amado Nervo era, a su modo, un místico, un alma muy sensible que gozó de estados cumbres de consciencia que supo reflejar en sus siempre inspiradores poemas, los cuales mi hermano Miguel Ángel ha recitado innumerables veces en la radio y en conferencias. Este hombre sensible acerca sin duda la poesía a la mística y la mística a la poesía, y de

ahí que desde niño me gustase tanto leerlo, pues mi madre me pasaba sus poemas, como también los de Rubén Darío.

En mis fecundas conversaciones con Augusto Colmenares, sabiendo que él tenía un especial interés por la vía del mantra, trataba de que me ofreciera todos sus conocimientos y opiniones al respecto. Silvia podía pasar horas escuchándolo entusiasmada. Tratábamos temas muy diversos, pero siempre de carácter psicoanalítico, espiritual o de autodesarrollo. A menudo hablábamos, frente a un plato de rica pasta, de la angustia existencial y de otros tipos de angustia. Eran tan hondos sus conocimientos que le pedí, y accedió, que escribiera un apéndice para mi obra *Ante la ansiedad*, donde logró una exposición muy profunda del tema en pocas páginas. También hablábamos, cómo no, de la transitoriedad, la finitud y la muerte. Y llegados a este punto, me voy a permitir hacer un paréntesis.

Viene y no viene al caso. Se llamaba Luchi, y era una mujer delicada como una orquídea. Tenía cáncer y el cáncer se reprodujo. Vino a mí a que le prestara confortamiento, como otros enfermos de este mal no moderno, sino de siempre, y con diligencia excepcional y paciencia infinita, fue mi alumna de yoga físico y mental durante años. Pero el Señor de la Muerte esperaba. Y enfermó de máxima gravedad y fue ingresada en el hospital. Fui a verla una tarde luminosa y me senté al lado de su cama y estuvimos meditando juntos; estaba tan plácida, tan llena de su Ser, tan sosegada, que me dijo, con su mano en la mía: «Ojalá me muriera justo ahora». Y le dije, besando esa mano calida: «No depende de nosotros». La despedí con un beso en la frente y murió horas después. Salvo esos yoguis tan avanzados que dominan todas las funciones de su cuerpo, no nos morimos cuando queremos, sino cuando podemos.

En la Vieja Delhi conocí a un anciano jaina que estaba todo el día, ya muy debilitado, recluido en un pequeño sombrío cuarto. Estaba completamente desnudo y sus carnes flácidas llamaban la atención; carnes muy menguadas, pues llevaba semanas en ayuno y esperaba morir de esto, siguiendo el más elevado voto de los jainas, que es desencarnar por inanición. Y me senté junto a este anciano, ancianísimo, que exhalaba una paz infinita. Ya no hablaba siquiera, y sus ojos eran como los de un gorrioncillo herido de muerte. Así estuve una hora o más en su compañía, en esa habitación totalmente vacía. Y admiré su ecuanimidad, su intrepidez, su desasimiento y su victoria sobre ese ego que se aferra y se empeña en ser inmortal sin poder serlo.

No es fácil afrontar la muerte. Ante la muerte, los más valientes tiemblan y se espantan. Pero si uno ha matado el ego, ¿qué queda para morir? Y el yoga es sobre todo una abierta contienda contra el ego exacerbado, del que solo surgen negatividades. Hay que morir en vida para en vida nacer, y entonces el miedo a la muerte se desvanece. Uno de los casos más llamativos que me fue dado vivir sucedió en las afueras de Katmandú. Un anciano, con cara de ángel, me pidió unas rupias para poder incinerar su cuerpo al día siguiente. «La leña es muy cara», argumentó con una sonrisa de gran pureza. Y dejé las rupias en su mano trémula. Al día siguiente, al amanecer, me dejé caer por Pashupatinah. Y allí estaba el cadáver del anciano, la mitad de este metido en las aguas del sagrado río Bagmati. ¡Qué gran lección sobre la vida, qué gran lección sobre la muerte! Ese hombre, con infinita ecuanimidad, solicitaba una ayuda para adquirir la leña que incinerase su cuerpo y para que luego las cenizas se arrojasen a las aguas del bendito río. A él sí que se le podría haber aplicado con toda justicia aquello que reza el *Yoga Vasishtha*: «Considerando la irrealidad del mundo, ninguna persona con sabiduría se deja engañar por sus siempre cambiantes resultados».

El exceso de celo me llevó a perjudicar mis rodillas de por vida. No fui lo suficientemente cuidadoso; o hay que desconfiar de los arrebatos de entusiasmo. No obstante, si el entusiasmo se canaliza como motivación, nos es de gran ayuda. Empecé a demostrarme a mí mismo la eficacia de los denominados *mudras* y *bandhas*, y de todas las técnicas de *hatha-yoga*, pero me percaté aún más, mucho más, de que el yoga es un método para frenar el pensamiento o discurso mental, para así poder escuchar la voz del ser mediante la experiencia directa de la propia naturaleza original, que se desdibuja tras los afanes y aversiones del pensamiento egoico.

Me espanta cuando voy comprobando lo que algunos avaros y desaprensivos hacen con el yoga, adulterándolo y falseándolo, o lo que son capaces de hacer, sin escrúpulos, en nombre del yoga. Muchos desaprensivos y ególatras no han logrado otra cosa que desnaturalizar gravemente esta disciplina y presentarla como una caricatura de esta. Quizá no sepa el lector que hasta el Gobierno de la India puso el grito en el cielo cuando un individuo llamado Bikram se propuso patentar la tabla de *asanas* que él brinda (por cierto muy incompleta e insuficiente), como si las *asanas* fueran de su invención y no patrimonio de la humanidad. Mayor desfachatez no se puede tener. Y encima no solo este hombre tiene estas alienadas y egomaníacas pretensiones, sino que hace creer a los ingenuos que es buena la práctica de las *asanas* a cuarenta grados de temperatura. Es

mejor irse a una sauna y relajarse, y no cometer insensateces que pueden resultar no poco lesivas para los pulmones y el corazón. ¡Si levantaran la cabeza grandes yoguis como Goraknath o Matsyendranath!

Mi buen amigo Roberto Majano, profesor de yoga, me escribe al respecto de modo muy acertado: «El Bikram es un yoga que no tiene el menor aroma de espiritualidad, ni de sosiego ni de abandono al Ser ni a la libertad interior». ¡Cuánta razón tiene! En lugar de sosegar, interiorizar, conectar con uno mismo y relajar, hace a la gente hiperactiva. Y encima este señor, que aparece en las fotos con sus sombreros de *cowboy* a la americana (y no hay nada más ridículo que un indio de esa guisa), «ha creado –como explica Roberto Majano– una forma de yoga absurda, cuyo único aroma destila sudor y vanidad, pura competición y esfuerzo desmedido. Te aseguro, Ramiro, que es la mayor pesadilla que he conocido en mi vida en una clase de yoga». Y yo le contesto con el adagio japonés: «A cada gusano su gusto; los hay que prefieren las ortigas».

Nunca he olvidado algo esencial y que todo aspirante debe tener en cuenta: el yoga surgió fundamentalmente no como un sistema de prácticas para el bienestar o la armonía, aunque además sirva para tal fin, sino como método para escalar a estados de consciencia que reporten el conocimiento superior o Gnosis. Ignorar esa vertiente espiritual del yoga, que es su verdadera columna vertebral, es un error de bulto. Hay que evitar cometerlo, pero son muchos los mentores de yoga que empiezan por hacer tal cosa. ¿Qué se puede esperar entonces de su enseñanza? Mediante la meditación uno llega a tener real consciencia de su propia identidad, que al final no es propia ni tampoco personal. ¡Tanto me ha enseñado el yoga, tanto me ha dado, hasta tal punto me ha transformado, que solo puedo sentirme profundamente agradecido, comprendiendo cada hora de cada día que, efectivamente, una persona sin el *Dharma* no es nada!

Pero el *Dharma*, la Enseñanza, hay que seguirla con una mente lo más clara y precisa posible, y no desde el atolondramiento o las falsas expectativas, o desde el huero triunfalismo o ideas que no se corresponden en absoluto con él. De otro modo, más puede confundir que esclarecer, turbar que tranquilizar. También hay una gran responsabilidad entre los que imparten el *Dharma*, pues a veces no son capaces de llevar hasta el aspirante la idea de que, por mucho que uno eleve su consciencia a planos altos, hay que vivir en lo cotidiano y desarrollar, no solo ese saber místico, sino el de la vida diaria. A veces se exponen de una manera tan abstracta o quimérica las enseñanzas que la persona al escucharlas o aprenderlas se desestabiliza más que se estabiliza. Hay que

tener especial cuidado en este sentido para encontrar un enfoque del Vedanta que no aturda más al aspirante, tratando de que comprenda que hay que aprender a desenvolverse en el plano de lo informe, pero también de la forma. Mientras hay un cuerpo y una mente no es posible vivir en un reino de mítica felicidad como Shambala o Sangri-La. Los gurús o expositores que podríamos denominar neovedantistas crean no poca confusión en sus discípulos al utilizar verdades a medias, asegurando que basta con reconocer al que nunca ha dejado uno de ser, la Conciencia, desentendiéndose de todo lo demás, sin proporcionarles el trabajo, la estrategia y, en suma, el *sadhana* imprescindible para que se dé ese reconocimiento, pues no basta con señalar el objetivo, es necesario procurar los medios para obtenerlo, ya que, como decía Buda, hay que complementar la clara comprensión del objetivo con la clara comprensión de los medios hábiles para lograr ese objetito que es la Sabiduría. O sea, en terminología tradicional de Oriente: *prajña* y *upaya*.

Los que de niños ya sentíamos la profunda insatisfacción silenciosa de alma, que a veces no era tan silenciosa, y vivíamos inevitablemente la soledad del ser, al escuchar hablar del liberado-viviente o iluminado, nos aferrábamos anhelantes a ese estado donde presuponíamos cesaba la angustia existencial. Todo ello daba lugar al romanticismo místico, la ensoñación, la fantasía, la expectativa de lograr una dimensión de la psique donde se hiciera más soportable la insoportable levedad del ser y menos pesada la ineluctable pesadez de vivir. Pero en la llamada Nueva Era, donde se ha producido un caldo de cultivo que alimenta todo tipo de incongruencias y absurdos, se ha concebido una idea muy fantasiosa sobre el iluminado, convirtiendo esta figura en una especie de ente sobrenatural ajeno a cualquier vicisitud, inconveniente o incluso enfermedad. El iluminado sigue asociado a su cuerpo y a su mente, aunque se haya desidentificado de ellos al haberse establecido en su naturaleza real, pero no es ajeno a las necesidades fisiológicas, a la enfermedad, al dolor y a la muerte, y no tiene todos esos poderes mágicos que los que necesitan creer por creer y alimentarse de fantasías de fenomenología oculta les atribuyen. Solo un iluminado sabe cómo se siente un iluminado. Pero podemos en cierto modo pensar que:

- El iluminado sigue sometido a la acción del cuerpo y, por tanto, a su inevitable decadencia, envejecimiento, enfermedad y muerte. La gente prefiere creer en un Babaji con cuatrocientos años de vida y no asumir que un Ramakrishna o un

Ramana Maharshi también murieron de cáncer. Aunque no creo ni mucho menos que Krishnamurti fuera un iluminado, fue un hombre de una lucidez muy grande, y también murió de cáncer, y eso que parece que toda su vida fue cuidado entre sedas, vegetariano estricto y célibe.

- Hay posiblemente personas que de modo espontáneo o natural se iluminan, pero cabe suponer que son una minoría, y por lo que la historia espiritual nos demuestra a todas luces, el iluminado tiene que ganarse, y con no poco esfuerzo, el estado de liberado-viviente. Quien lo dude, quien reniegue de toda disciplina, que por favor investigue un poco en la vida de los que tenemos por más avanzados espiritualmente. Pero hoy en día, y más en la Nueva Era y más aún cuando se toma un enfoque equivocado del Vedanta y otros sistemas soteriológicos, muchos aspirantes consideran que no es necesario ningún *sadhana* y se apoyan en ello para efectivamente incurrir en la holgazanería y esperar resultados sin mover un dedo.
- Un iluminado nunca hace escarapate ni espectáculo de su elevada dimensión de consciencia. ¿Acaso el sol necesita autoproclamarse? No necesita ir a ninguna parte ni buscar seguidores. Simplemente está y exhala su aroma de infinitud.
- Ha liberado su mente de ofuscación, avidez y odio, egocentrismo y miedo.
- La iluminación puede o no llegar, y requiere en cualquier caso un trabajo interior muy intenso y de años que combina disciplinas, entre las que no pueden faltar la ética o virtud, la meditación y el cultivo de la sabiduría.
- El liberado-viviente o iluminado ha llevado su mente a un estado de máxima pureza (*sattva*). Su mente es clara, su corazón, compasivo, y su acción, recta e idónea.
- Un iluminado nunca es impositivo ni dogmático y le es indiferente si lo reconocen o no como tal. No tiene poderes ocultos (puede tenerlos y no hacer la menor gala o demostración de ellos). No es un sanador ni nada que se le parezca. No se presenta como un mesías o un salvador del mundo. No se arroga poderes o cualidades de las que carece, ni se interesa por lo fenoménico, pero sabe manejarse en la vida cotidiana y vive en el mundo sin ser del mundo.

El propio término “iluminado” da lugar a mucha confusión y es de enorme ambigüedad. Es preferible, sin duda, el de liberado-viviente o el de “realizado”, o sea, aquel que ha hecho real su esencia más íntima, sobre la que no es posible decir nada, pues es para vivirla y no para conjeturar sobre ella. ¿De qué hay que liberarse? De la ofuscación, la

avidez, el odio, el egocentrismo o ego exacerbado, de las corrupciones y engaños de la mente y de esa ignorancia básica de esta que los hindúes han llamado *maya* y que induce a tomar lo irreal por lo real y lo real por irreal, distorsionando y falseando el discernimiento y frustrando la visión correcta, que es la que libera de los oscurecimientos de la mente. La “iluminación” (término igualmente ambiguo y muy mal interpretado) es un estado de “supraconsciencia” (otro término difuso) que está potencialmente en todos, pero solo algunos la alcanzan, pues se esconde en la propia consciencia como la perla en la ostra. Es un estado o espacio irreductible a los conceptos, y del que Buda dijo: «Resulta difícil comprender el apaciguamiento de todo lo condicionado, la renunciación de toda sustancia contingente, la extinción del deseo, el desapasionamiento, la cesación, el nirvana». Pero, por todos los testimonios que se pueden recoger, es un estado en el que se vive intensamente la unidad y donde surge la compasión profunda guiada por la firme ecuanimidad. Shankaracharya, y son palabras que llevo en mi mente y mi corazón, y que relumbran cada vez que me acerco a uno de los santuarios que él fundó, declaró: «Que el sabio, despojándose de sus disfraces, se sumerja completamente en el Ser que lo impregna todo, como el agua en el agua, el éter en el éter, la llama en la llama».

En cualquier senda espiritual o técnica de autorrealización se encuentra uno con personas que se dejan aturdir por sensaciones o experiencias imaginarias, falsos *satoris* o neuróticos “destellos” de consciencia, incontrolada imaginación que les hace creer en experiencias de *samadhi* o *kundalini*. Tampoco faltan aquellos que se dejan atrapar por el peor de los orgullos: el espiritual, y que en lugar de utilizar la enseñanza para menguar el ego, lo afirman escandalosamente.

Es cierto que hay que aspirar al *samadhi*, nirvana o experiencia de total iluminación. Ese estado es como un arquetipo que nos motiva, pero lo esencial es irse acercando a ese estado de libertad o *moksha*, aunque no se llegue. Cada paso hacia *moksha* ya nos brinda unos frutos psíquicos y mentales muy deseables y transformativos, entre los que destacan el sosiego, la estabilidad emocional, la aceptación consciente de los hechos incontrovertibles, la humildad, la firmeza de ánimo, la lucidez, la superación de la ira y otras cualidades insanas, la apreciación de cada momento, la superación de la autoimportancia y el desarrollo de la genuina compasión. El verdadero aspirante se encamina hacia su propio maestro interno; pero hay aspirantes que por su minoría de edad emocional y la incorrecta actuación del gurú se quedan estancados en una patología

que no solo incluye el aferramiento a aquel, sino también: poner la responsabilidad en otra persona para el propio autodesarrollo; la necesidad de creer en otra persona al no confiar en los propios potenciales de perfeccionamiento; la proyección de la figura paterna –o materna en su caso– sobre el gurú; la necesidad de que el propio centro gravite en el del gurú, al que suponen facultades ocultas o poderes psíquicos, como la capacidad del viaje astral, o el desdoblamiento, o la lectura de pensamiento, o la iniciación a distancia. Hay aspirantes que caen en un embriagante proceso de idealización del gurú y la subsiguiente dependencia mórbida, o que incluso para afirmar su autoestima se aferran al gurú y se envanecen de la cercanía con él, contando así con una falsa seguridad que no denota más que su desvalimiento emocional. Cuando las expectativas infantiles sobre el gurú se ven frustradas, sobreviene el desencanto y la animadversión, del mismo modo que los que han estado muy metidos en una secta luego son los más encarnizados en sus críticas, pero fueron tan memos de permanecer años en ella. Uno de los obstáculos que hay que superar es la misma idea del gurú.

Aunque un practicante no llegase nunca en su vida al *samadhi*, *satori* o nirvana (muchos experimentan pseudosatoris, pero como son “pseudos” no producen ninguna transformación real), lo importante es que vaya consiguiendo cambios internos que le permitan disfrutar de mayor sosiego, estabilidad emocional, contento interior y bienestar, pues de nada sirven los que se han venido en denominar “estados cumbres de consciencia” si realmente no modifican al individuo y le ayudan a superar sus actitudes insanas. Hay que desarrollar un entendimiento claro de lo que podemos esperar de la Búsqueda y de nosotros mismos, evitando el triunfalismo neurótico y las expectativas inmaduras e inciertas que provocan ansiedad y desesperación. Si se aplica el *Dharma* y el *sadhana*, estos darán sin duda sus resultados sin necesidad de estar expectantes o impacientes o de negociar con ellos. En la práctica de cualquier método de autorrealización hay que aplicar un enfoque karma-yóguico, poniendo los medios, pero sin encadenarse a los resultados.

12. La presencia de ser

Los hilos incognoscibles de la vida me pusieron en el camino de Isabel Morillo, o a ella en el mío. Y así yo iba a poder, hasta cierto grado, ejercer de Pigmalión en su adiestramiento de yoga y de cicerón en un buen número de viajes a la India. Como el destino es caprichoso y le gusta sorprender, resulta que Isabel era la nieta de uno de mis primeros cinco alumnos, el destacado registrador de la propiedad al que antes hice referencia, Antonio Morillo. Cuando su abuelo vino a mi centro, Isabel tenía menos de diez años. Cuando fue ella la que llegó a mi centro, tenía veinticuatro años y era una joven espléndida, que ya había practicado yoga, muy inquieta intelectualmente, con una gran fuerza de voluntad y que llegaría a convertirse en una formidable profesora de yoga y diestra osteópata, consiguiendo tener su propio centro de yoga (Centro de Yoga Argüelles), y a especializarse también en yoga terapéutico. Años después se casó con un brillante osteópata, Gustavo Reke, y vive una vida feliz y entregada de lleno a su trabajo.

El lustro a lo largo del cual Isabel y yo íbamos a ser compañeros sentimentales, iba a estar salpicado de esforzados viajes a la India. Ella ya había comenzado a practicar yoga mucho antes de que yo entrase en su senda existencial, como he referido. Después escribiría muchos artículos y libros, e indagaría incansablemente en las posibilidades terapéuticas del yoga.

El círculo se abre y el círculo se cierra. Y el Tao pone toda su fuerza al servicio de la dinámica de la vida, que trata de aturdirnos con sus arabescos y su incesante juego de sortilegios. Isabel sabe combinar la femineidad con un carácter firme, que puede resultar vigoroso e indómito, y así, con “guerrería”, se enfrentaba a las vicisitudes de los viajes, que no eran pocas, como cuando el motor de un viejo *jeep* de la Segunda Guerra Mundial se gripó y nos quedamos abandonados a nuestra suerte en Zanskar, a más de cinco mil metros de altitud durante dos días, en el campo, con tal mal de altura que no podíamos ni dar un paso, rodeados de grandes ratones de montaña y otros animales,

pero, por lo menos, no lejos de un monasterio tibetano del que nos llegaban los ecos de los guturales mantras. Demostró su coraje, que nos pudo costar bien caro, cuando tras pasar un día entero en la zona más desértica de Lhadak, por el paso de un convoy se enfrentó a un arrogante general que nos miró como si nos perdonase la vida. Gracias a Shiva no acabamos en un calabozo, porque yo también tengo algo de guerrero cuando llega el caso, y no me quedo atrás ante las injusticias.

En plena situación de abiertas hostilidades entre la India y Pakistán, que ya era una guerra de guerrillas encubierta, estuvimos viajando por el área de la línea divisoria, por carretera, sometidos, incluso insensatamente, a muchos riesgos. En plena ebullición del conflicto viajamos a Kargil, y de allí por muchas zonas de Ladakh, para regresar a Kargil, donde uno no se podía fiar de nadie y donde dormimos en hoteles peores que el peor cobertizo. Asimismo, visitamos el mayor número que pudimos de monasterios en el apasionante y primitivo (sobre todo en aquella época lejana) Zanskar, durmiendo en una tienda de campaña y atravesando altitudes superiores a los 5.500 metros, que se hacían sentir.

Había comenzado yo a escribir guías sobre la India. Por ese motivo, y no queriendo recurrir como otros a hacer un simple trabajo de despacho e Internet, los viajes se hicieron muy intensos en la India, donde uno tiene la frustrante sensación de no terminar nunca de ver todo lo que se nos presenta. Hay lugares a los que he vuelto una docena de veces. ¿Por qué? Para realmente poder agotar la visita, pues de otro modo siempre se quedan infinidad de lagunas, y estaba en mi ánimo, y hasta cierto grado lo conseguí, escribir las más completas guías culturales sobre la India. Escribí tres de la India –una sobre el Himalaya, otra sobre Nepal y otra sobre Sri Lanka– y una sobre el sudeste asiático. Pienso cuánto me han tenido que querer las personas que han sido mis compañeras de fatigas por la India y a las que he sometido a viajes siempre muy interesantes pero igualmente esforzados, pues a veces teníamos que pasar por inesperados ayunos, austeridades sin fin e impresionantes “palizas” en coches y en tren.

De mi docena o más de viajes por la India en esa época (en la que seguía publicando libros de superación personal, viajes, yoga, filosofía oriental y relatos), me han dejado un vivísimo recuerdo, siempre inspirador, los desplazamientos a Zanskar, Ladakh, los valles de Lahaul y Spiti, Calcuta, Tripura y Anantapur. Esta última, una ciudad polvorienta y fea, pero a donde acudí para poder ir a visitar a Vicente Ferrer. Fueron muchos más, pero estos destacaron por las huellas indelebles que dejaron en mí.

¡Vaya llegada a Calcuta, ciudad que he visitado a menudo y nunca te puede dejar impávido, sino todo lo contrario! Huelga. Una de tantas de las allí soportadas. Huelga de autobuses, coches, autocares y taxis. Y así llega uno al aeropuerto y le dicen que hay huelga indefinida y que no hay modo de salir de allí. ¡He soportado tantas huelgas en la India! Ya debería haberme acostumbrado, pero no es posible, porque uno siente hasta qué punto va a perder el tiempo y dejar de hacer lo que quería hacer. Paciencia, sí, pero la paciencia no es ilimitada. Claro que donde más huelgas he tenido que soportar es en el área de Darjeeling, donde los sindicatos de locomoción hacen huelga con una facilidad tan asombrosa como enojosa. Pero aquí en Calcuta se trataba de una huelga general.

Una hora en el aeropuerto. Dos horas. Tres horas. ¿Qué hacer? Nos confabulamos algunos pasajeros y nos percatamos de que la única manera era conseguir, pagando una buena suma, un autocar que intrépidamente se deslizara por las calles de la ciudad más conflictiva del mundo y nos dejara en algún lado, y desde allí cada uno que se las apañase como pudiera, o como Kali (la diosa de la ciudad) le diera a entender. Yo ya tuve esa experiencia en Delhi y conseguí un desvencijado taxi que se atrevió a dejarme en las afueras de la capital. Y ahora en Calcuta, tras densas negociaciones por aquí y por allá, un conductor se presta a llevarnos del aeropuerto a la ciudad. ¡Pues vamos allá! Es la única oportunidad. O se toma, o uno se queda en el aeropuerto a saber cuánto tiempo. Y nos encaramamos al viejísimo autocar, sin ser vistos, en un rincón del aeropuerto. El conductor aceleró, o trató de hacerlo, porque con ese cacharro no era posible mucha aceleración, y nos pusimos en marcha. Al final, en contra de todo pronóstico, el autocar alcanzó una buena velocidad, aunque no lo pareciera mientras íbamos por carretera. No obstante, se volvió endiablada cuando entramos en los misérrimos suburbios de Calcuta y fuimos atravesando calles y callejuelas sucias y serpenteantes. Los cuerpos dentro del autocar iban de un lado para otro como maletas. El conductor aceleraba más y más, para evitar que nos alcanzasen las piedras que unos nos lanzaban o los cubos de basura que otros nos arrojaban, o los palos que blandían en las manos otros amenazantes. Todos contra el esquirol, que no dejaba de acelerar el viejo cacharro que llevaba entre sus diestras manos, y de vez en cuando sus labios arrojaban un rojo escupitinajo de betel por la ventanilla. Al final, un brusco frenazo, y todos abajo.

Ya estábamos en la antigua capital de la India, en la ciudad en la que llegan a dormir veinte personas en una habitación, donde la mayoría se ducha en las fuentes públicas, y

donde el hacinamiento es escalofriante. Y eso que Calcuta también va cambiando. Cuando la visité la primera vez estaba llena de refugiados durmiendo en las calles, resultado de la guerra de independencia de Bangladesh. Fue entonces cuando el bueno de Jorge Rivas Espasa trabajaba ayudando en los campamentos de refugiados y echaba en sacos cadáveres de niños muertos por enfermedad o inanición. Calcuta sabe de tragedias como ninguna otra ciudad del mundo. Y yo estaba allí otra vez, de paso para poder –si conseguía definitivamente el permiso para ello– viajar a Tripura y luego a las manglares de la desembocadura del Brahmaputra. Empero, todo estaba en el aire. Era necesario seguir una densa, espesa, insoportable burocracia, como cuando muchos años atrás y por primera vez viajé a Meghalaya o a Sikkim. Ahora todo es más fácil.

Si no lo veo no me lo creo. Incluso sabiendo cómo pueden ser las dependencias oficiales de la India o sus hospitales. A primera hora de la mañana me traslado a uno de los ministerios. Esto no es kafkiano, no es esperpéntico, es infinitamente más. Voy ascendiendo por las escaleras de un edificio colonial oficial en el que tengo que solicitar los permisos. En los descansillos de la escalera de cada piso hay montones de basura, sí, así, literalmente entendido. Las salas donde están los funcionarios son enormes. Si alguien puede pensar que los funcionarios europeos son desidiosos, cambiaría de idea si tratara con los indios. Todo allí es caos, desorden, confusión. Pero a su modo, solo al modo indio, las cosas funcionan. No hay prisa, nunca la hay. ¡Cómo va a verla si, como ironiza Michaux, hay tantas vidas por delante! Si se te escapa el tren porque el que vende los billetes se atolondra y se retrasa, y te lamentas, te dicen con apatía insuperable: «¿Por qué se preocupa si mañana pasa otro?». O si por estar mal señalizado te subes en un autocar que no es el tuyo y resulta que en el que estás pasan las horas y no sale, mientras que el tuyo ya se ha ido, te dicen con voz desidiosa: «¿Y qué prisa tiene si esta noche sale el nocturno?». Pero luego, paradójicamente, como si la vida les fuera en ello, los indios son incapaces de guardar cola, y siempre tratan de colarse, como si ello formara parte de su esencia.

He llegado a la hora de comer, ¡vaya fatalidad! No es que nadie diga que a esa hora no se atiende al público, pero está como instituido que cada funcionario convierta su mesa en una de comedor, saque sus viandas, desparrame todo por el tablero y se ponga a comer pausadamente. Espero. Hasta Gandhi perdía la paciencia con los suyos. En los rincones, enormes bolsas con basura. Entre bocado y bocado, mucha jerga, risas, eructos, y el visitante como si allí no estuviera. Luego, cuando doy por sentado que han llenado

el estómago, voy de mesa en mesa, casi suplicante. «*Can you help me?*» Unos me pasan a otros, y estos a los de más allá. Al final acudo al que se dice jefe de la sección. ¡Para qué quiero más! Cuando le digo que quiero ir a Sunderbans y que necesito un permiso, me mira como si yo fuera el bobo más bobo del planeta, y dice: «Hay que pedir permiso con una semana de antelación». Protestando no voy a conseguir nada, así que recurro al halago, el ruego, la lisonja y demás, y al final el hombre me traslada a otra mesa y me extienden después de un largo rato el permiso. Me aseguran que para Agartala ahora no hace falta permiso, al decir ahora se refieren a esos días. Después, seguramente, por problemas tribales, volverán a cerrarse los permisos.

Salgo contento del negociado, donde el olor a comida era insoportable, con esa mezcla de *masalas*, especias de todo tipo y demás.

¡Y creía yo que todo estaba solucionado! Tengo el permiso, pero no tengo quien me conduzca hasta la reserva. Voy a una y otra agencia y nadie termina de orientarme. Pues no me quedo sin ir a Sunderbans, llevo años intentándolo, es como una obsesión. Cojo un taxi y le pido que me conduzca a Canning, desde donde creo saber que se puede tomar una embarcación y descender por el río. La vez anterior, un año antes, me dieron una información falsa, y después de mucho desvarío y esfuerzo pude llegar a un puerto, a un centenar de kilómetros de Calcuta, desde donde no podía acceder a Sunderbans, a pesar de que, dada mi situación, ofrecía una cantidad desmesurada de dinero para que un barco me llevase hasta allí, pero ningún patrón quiso aceptar esa responsabilidad. Pero en esta ocasión me había informado mucho mejor, y encima llevaba los permisos conmigo.

Atravesando la siempre abigarrada Calcuta en un coche en pésimas condiciones, dejamos la gran ciudad y unas tres o cuatro horas después llegamos por fin a Canning. Y ahora creará el lector que voy a exagerar, pero me quedará corto. Además, tengo un testigo impecable: Isabel Morillo. Al detenerse el taxi, que era negro y pequeño como un escarabajo, de repente una masa enorme de lugareños envuelven el vehículo y con ojos ávidos, miradas curiosas, sobrecitados por la novedad, comienzan a mover brutalmente el coche de un lado para otro, a punto de volcarlo, entre grandes risas y ojos abiertos como platos, sin dar crédito a lo que veían dentro del auto: ¡a unos extraños individuos se les había ocurrido llegar hasta allí! Ellos no habían visto nunca a unos occidentales tan extraños. Isabel y yo permanecemos dentro del coche (el conductor había escapado como un lince) mientras éramos movidos, como si estuviéramos en una coctelera, por

decenas y decenas de personas apiñadas alrededor, que, con su mejor intención y sin agresividad, lo único que querían era no perderse el espectáculo, pero que nos estaban poniendo realmente en riesgo. Grité: «¡Isabel, lo que quieren es vernos! Hay que satisfacer su curiosidad y nos dejarán tranquilos. ¡Salgamos, salgamos!». Claro que era para pensárselo, pero como pude entreabrí la puerta, salí, agarré por la mano a Isabel y la saqué, y me puse a abrazar a los hacinados y a reír con ellos; todos eran cariñosos y amigables, pero habían sido increíblemente imprudentes.

Ahora venía el segundo problema. Cuando en la India surgen dificultades, se encadenan como las cuentas de un rosario. Ya estábamos en Canning y estaba anocheciendo. ¿Y ahora cómo íbamos a Sunderbans? No había barca que pudiera llevarnos. Solo había una gran barcaza que no operaba hasta pasados unos días. No estaba dispuesto a regresar a Calcuta y de nuevo fracasar en mi intento de acceder a uno de los mayores manglares del mundo.

Pasó por allí una gran balsa formada por troncos unidos y una minúscula cabina para el motor. Ya el sol había declinado. La temperatura, empero, era benigna y grata. Dos musulmanes eran los que llevaban la barcaza. Les dije que queríamos llegar a Sunderbans, que pagaría lo que acordasen y que no teníamos inconveniente en viajar toda la noche. Llegamos a un acuerdo, aunque era más que temerario aventurarnos a viajar por un río por la noche con dos desconocidos de mediana edad. Isabel tenía entonces unos veintiséis años. A veces en la India, por el entusiasmo que todo me despierta y mi afán de conocer, me alieno de tal manera que me torno muy imprudente. Además, como el recorrido que estábamos haciendo por la India era muy largo, por si había una emergencia, llevaba en el cinturón una carterita con cerca de diez mil dólares. Éramos presas fáciles si esas personas se lo proponían. Si eso lo hubiéramos hecho en cualquier país de Hispanoamérica, nos hubieran raptado o asesinado.

Nos encaramamos a los troncos y nos sentamos en ellos. No había otro sitio donde hacerlo. Comenzamos a descender por un profundo pero estrecho río. El cielo estaba cuajado de estrellas, pero no había lugar para el romanticismo dadas las circunstancias, aunque yo estaba apreciando intensamente esa noche bajo un cielo inmenso. Pararon el motor, pues como el río descendía no era necesario de momento. Se hizo un silencio profundo, solo roto por el muy leve rumor de la gran balsa deslizándose por las aguas. Los hombres estaban muy cerca de nosotros. Le dije a Isabel: «Compórtate con toda naturalidad, como si no tuviéramos el menor temor». Incluso fingíamos reír y hablar

distendidamente. A eso de las cuatro de la madrugada, de repente se pararon en una especie de aldea minúscula que estaba metida en un verdadero barrizal y que se llamaba Gosaba. Nos hicieron descender de la barcaza y caminar por el fango, que nos llegaba hasta las rodillas. Como pudieron, nos explicaron que íbamos a descansar allí unas horas, y nos consiguieron una habitación, al parecer en la casa del alcalde, por la que nos pidieron cien rupias. En una angosta, maloliente y sórdida habitación, dormimos sobre un catre, sin dejar de oír, y sentir, durante esas tres o cuatro horas, a un buen número de ratas. Ni un minuto pudimos conciliar el sueño. A eso de las ocho, bajo los tibios rayos de un sol trepando por el cielo, partimos hacia Sunderbans, y un tiempo después, nunca olvidaré esa intensa y profunda sensación, vimos que el río desembocaba en unas enormes lagunas con manglares, donde había un gran número de pescadores con sus barcas. Los manglares destacaban entre esas aguas en medio de una embriagadora luz mediterránea. Ya estábamos en el hábitat del tigre. Recalamos en una de las isletas, pero aunque caminamos por entre la maleza, no logramos ver ni una pieza. Y eso que dos días antes un tigre había entrado en una granja y matado a una persona.

A la vuelta de Sunderbans, visito la sede de la Madre Teresa y nos quedamos un par de días en un incómodo y muy ruidoso hotel en Circular Road. Cuando un hotel indio es ruidoso, no lo puede ser más. La ventaja de este hotel era que estaba enfrente de la dependencia principal de la fundadora de las Misioneras de la Caridad. Isabel y yo estuvimos a lo largo de un día visitando el hospital de la Madre Teresa, ella en la sección de mujeres y yo en la de hombres. Allí ha estado años mi buen amigo y alumno Alberto. Me avisó de que iba a venir un guitarrista de España que era fabuloso y me dijo que me lo quería presentar, pues también estaba muy interesado por el yoga. Su nombre era Chema Vílchez. Después lo tuve durante años como alumno y siempre hemos sido grandes amigos. No solo es un extraordinario guitarrista, sino que también es un magnífico profesor de yoga. Compuso, años después, e inspirado en mi relato espiritual *El faquir*, una música preciosa, *La música del faquir*. Chema Vílchez llegó un poco enfermo. En cuanto nos presentaron surgió una corriente de cariño profundo y fraterno entre nosotros.

Al atardecer, Isabel y yo acudimos a la misa que se celebraba diariamente en la sede de la Madre Teresa. Había un gran número de personas sentadas en el suelo, y en un rincón de la sala, al final de esta y un poco apartada, en posición de recogimiento, inclinada hacia delante, estaba esa mujer fabulosa llamada Teresa, que tuvo un destello

de comprensión profunda en mi siempre amada Darjeeling, y dedicó el resto de su vida a atender a los pobres entre los pobres, a los más desvalidos, diciendo con su habitual humildad: «Sé que mi trabajo es solo una gota de agua en el océano, pero sin ella el océano no estaría lleno». Durante la celebración de la misa no dejé de mirarla ni un instante. Yo ya la había visto anteriormente en una de mis visitas a Calcuta, pero nunca me había acercado a ella y siempre había hablado con las hermanas. Nada más acabar la misa, Isabel y yo salimos a un pequeño patio. De repente, como una exhalación, la Madre Teresa, muy sonriente y cariñosa, vino hacia Isabel, le cogió las manos con efusividad y la saludó muy sonriente, con una cara iluminada. ¡Gran momento de embargadora emoción para Isabel! Luego yo la saludé y estreché sus manos y las deposité sobre mi cabeza, como he hecho con las manos de personas de mente elevada, como muestra de respeto y también para poder “absorber” la preciosa energía de esa persona.

Cuando Chema Vílchez mejoró, nos pusimos de acuerdo con él para irnos juntos en tren a Benarés. Misión imposible. Justo el día que íbamos a irnos se produjo una huelga de ferrocarril que frustró el proyecto. Así que Chema decidió quedarse en Calcuta, e Isabel y yo nos fuimos a Tripura, en la frontera del nordeste, estado que, por los atentados de separatistas, siempre estaba cerrado al turista, pero que se había abierto un tiempo al tranquilizarse aparentemente la situación. Nos alojamos en la capital, Agartala, asistimos al mercado callejero y alquilamos un coche para ir a una localidad llamada Udaipur (como la Udaipur de Rajastán). Allí estuvimos viendo interesantes templos de la zona, los poblados tribales, muy primitivos, y sus gentes con rasgos vietnamitas, y el resto del área, junto al río en el que Rabindranath Tagore había ido a tomarse un descanso y reflexionar en una época de su vida. Un lugar sumamente apacible, que te conecta con el universo.

Al día siguiente, dado que era el día de la Independencia de la India y se temían altercados, no pudimos seguir visitando las áreas tribales y pasamos el tiempo en un templo, medio animista medio hindú, en la frontera con Bangladesh.

En Calcuta me ha quedado una asignatura pendiente que tal vez algún día, no desespero, pueda superar: asistir al festival anual de los *bauls* que se lleva a cabo en la ciudad de Kali, la que denominase Kipling “la de la noche espantosa”. Siempre he sentido fascinación por los *bauls*, que son los trovadores del Divino, independientes, más allá de las castas y de la ortodoxia, cuyos cantos y sus letras son muy motivadores para

el espíritu, y cuya forma de vivir y de pensar no pudo dejar de atraer en gran medida a Rabindranath Tagore. De alguna forma, siempre he sentido que tengo alma de *baul*, y si hubiera nacido en la India, quizá estaría ahora hollando sus caminos polvorientos y milenarios con mis pies suplicantes persiguiendo lo Inefable, buscando sin tregua, como ellos, al hombre sabio en la cueva del corazón, al que también yo, a mi modo, sin ser nómada ni saber tocar el ektara, no dejo de buscar.

También en compañía de Isabel hice un enorme recorrido por muchas áreas de Andhra Pradesh y conseguí visitar, algo que llevaba deseando desde hacía años, el templo de los yoguis *lingayat*, que para distinguirse llevan un pequeño *lingam* (falo de Shiva) colgado del cuello. Y después pusimos rumbo a la bastante desfavorecida Anantapur, en Andhra Pradesh.

Años antes, Vicente Ferrer me había visitado en el Centro de Yoga, y le prometí que en cuanto pudiera correspondería a su visita yendo a verlo a su residencia en Anantapur. Y cumplí mi promesa. Llegamos en tren y nos recogió un *jeep* de la fundación. En una modesta pero limpia casita de su colonia, nos alojó. Encontré allí a algunos españoles y personas de otras partes del mundo. Estuve tres noches, que aproveché para visitar poblados tribales, ver las instalaciones médicas creadas por Vicente Ferrer (maternidades, hospital para discapacitados, etcétera) y entrevistar a este formidable trabajador social para varias publicaciones y para mis obras. En las aldeas que visité, avisadas sus gentes por Vicente, me dedicaron fascinantes danzas tribales, ataviados hombres y mujeres con las prendas tradicionales.

Durante un buen número de horas lo entrevisté, incluida una velada muy agradable, donde su esposa preparó una exquisita cena. Me preguntó si no iría a ver a Sai Baba, que residía cerca de Anantapur, y le dije que en absoluto, que Sai Baba no me interesaba nada, y que todo mi interés estaba puesto en saber más de él. Tuvimos conversaciones muy interesantes y profundas, pues yo le pregunté sobre sus sentimientos religiosos y metafísicos, sus ideales espirituales y su búsqueda del Sentido. No solo trataba de explorar en el Vicente Ferrer como trabajador social y que tanto había cooperado con las gentes de esa área de la India, sino en el Vicente Ferrer como buscador espiritual y con un sentido místico de la existencia. Él practicaba *hatha-yoga* y siempre me hablaba de las excelencias del *sirsasana* (postura sobre la cabeza) para estimular las funciones cerebrales y aumentar la capacidad de concentración. Me pidió que esos días diera alguna clase de *hatha-yoga* a los residentes, y así lo hice, y todos quedamos encantados.

Tiempo después, Vicente volvió varias veces a Madrid y nos encontramos en mi casa, donde mi hermano Miguel Ángel y yo le hicimos una larga entrevista para nuestro programa de radio la *Tertulia humanista*. En una de esas ocasiones me trasladó su gran preocupación ante la duda de que no le renovasen el visado, pues había gente en la India que no quería que siguiera con su trabajo. ¡Los oportunistas políticos de siempre en uno de los países más corruptos de Asia! Todavía Vicente no era tan célebre como lo sería luego, y una noche, no teniendo a nadie que lo acompañara a la estación de tren para ir a Barcelona, fue María Luisa Jiménez quien se prestó a llevarlo. Estuvieron hablando sobre temas espirituales, la búsqueda del sentido y del Divino, y Vicente le dijo: «Bueno, a Dios no le preocupa si le buscan o no».

He hecho recorridos de enorme interés por la India, pero uno de los que más me impactó en todos los sentidos fue el que llevé a cabo en un *jeep* desde la ciudad de Shimla hasta los valles de Lahaul y Spiti, de marcada tendencia tibetana y con buen número de *gonpas* (monasterios tibetanos). Tanto me apasionó este viaje que años después lo repetí y espero poder volverlo a hacer. En el primer viaje, íbamos Isabel, un hombre de gran cultura y excelente fotógrafo llamado Om Prakash Pant, el conductor y yo. Hicimos una ruta muy larga, que partió de Shimla y llegó hasta la capital del remoto valle de Spiti, para luego, al estar cerrada la carretera que llevaba a Manali, tener que volver por esa misma ruta. Primero cubrimos el viaje por todo el valle de Kinnaur, hasta llegar a su capital, la hospitalaria Kalpa. Los kinnauritas son un grupo tribal que aseguran tener sus orígenes en seres sobrenaturales como los ángeles. Son gente muy hospitalaria, con un culto sincretista entre el animismo, el hinduismo y parte del budismo tibetano. Las jóvenes son bellísimas y tienen una elegancia natural. Kalpa es una pequeña localidad a dos mil cuatrocientos metros, con sugerentes casas antiguas de madera y un santuario tibetano en el que siempre que voy me gusta mucho meditar. Frente a Kalpa se levanta el monte Kinner Kailas, que es la residencia de verano del dios Shiva y que es verdaderamente impresionante.

Cerca de Kalpa, también frente a ese coloso bellísimo que es el Kinner Kailas, se encuentra un pueblo sin ningún encanto llamado Rekong Pio, pero a cuyo apacible *gonpa* acudimos para asistir a la *puja*, que llevaba a cabo un joven y delicioso lama reencarnado. Esto de los lamas reencarnados se ha convertido en un verdadero reclamo que casi raya en lo vergonzante, pues todo monasterio, para afirmar su valía, se encarga

de tener uno o más lamas reencarnados, que florecen como los almendros en flor, siendo buena parte de ellos muy ignorantes, a pesar de estar revestidos con esa llamativa “aureola” de reencarnados. Fuera o no reencarnado, es lo mismo, este joven que nos iba a dar el mantra tras la *puja* era muy sereno y contagiaba su paz interior. Nos dio el mantra *Muni, muni, mahamuni* y nos invitó a recitarlo tan a menudo como pudiéramos. Pero hasta aquí nada había sucedido de relevante y que no hubiera vivido yo mil veces en la India o Nepal. Lo que viene a continuación es lo de mayor interés. De repente, una mujer de edad mediana, puramente kinnaurita, de piel blanca como ellos son, pareció reconocer a Isabel y se acercó a ella para darle una hermosa flor. También Isabel experimentó una honda conexión con esta entrañable mujer, por lo que volvimos en años sucesivos hasta Kalpa solo para visitarla y llevar regalos a sus hijos. Era viuda, se llamaba Gulab Devi, y había perdido a una hija de piel muy blanca y anacarada. Isabel desde el primer momento le recordó a su hija y le tomó un cariño extraordinario, hasta tal punto que a la mañana siguiente la atavió con los ropajes tradicionales de los kinnauritas, que eran los que pertenecieron a su hija, con un gorrito muy llamativo que lleva esta tribu como tocado. Le regaló finalmente un gorrito y la abrazó una y otra vez con inmenso cariño. La gente que se iba poniendo al corriente de la historia se sentía muy emocionada. Se habían dado muchas sincronicidades. La mujer nos habló de una cueva que estaba en el Kinner Kailas, de carácter muy espiritual, y donde una vez estuvo con su hija. Se comprometió a llevarnos en algún próximo encuentro. No llegó a quedarme claro si esta formidable mujer tenía la creencia de que Isabel pudiera ser depositaria de parte de la energía o espíritu de su hija. Debo resaltar que, aun conociendo a Isabel hace muchísimos años, pocas veces la he visto tan emocionada como cuando nos encontrábamos en Kalpa, a la que yo llegué a llamar su “madre kinnaurita”.

Por una carreterilla sinuosa y estrecha alcanzamos el valle de la Felicidad, Baspa, entre colosales picos, y al pie del Kinner Kailas. Es un valle de hermosura sobrecogedora que se cubre de una alfombra muy tupida de flores. Aquella vez (pues he viajado varias veces más hasta ese rincón del mundo tan revelador) se estaba celebrando una boda de acuerdo con los rituales tribales y, por tanto, animistas, alentada por los espíritus del bosque, las montañas y, sobre todo, el colosal Kinner Kailas. Era todo de un colorido espectacular y las gentes no podían ser más afectivas y hospitalarias. Dormimos en una tienda de campaña a los pies de la residencia del todopoderoso Shiva, el dios más polifacético, y por eso sumamente sugerente y atractivo, del panteón hindú.

Así como las tierras de Kinnaur son frondosas y verdes, ricas en cultivos y colosales árboles, las del valle de Spiti son muy áridas y montañosas, lo que hace que las rutas en *jeep* por ellas sean muy complicadas, accidentadas y asfixiantemente polvorientas. La velocidad media no sobrepasa los veinte kilómetros por hora. A veces se divisa algún sembrado o alguna laguna. Son tierras que recuerdan a las del Zaskar o Ladakh. Pasamos alguna noche en el monasterio de Tabo, realmente impresionante en su interior, con unas esculturas prodigiosas. Para acceder al interior se va pasando por umbríos corredores y luego se llega a unos maravillosos santuarios. Dormimos en las celdas, parcas, muy frías, angostas, del monasterio y tuvimos que quitarnos el polvo que embadurnaba todo nuestro cuerpo con un cubo de agua caliente. El frío es intenso, pero las noches son inspiradoramente despejadas, con un ilimitado cielo tachonado de brillantes estrellas. Y al amanecer, el *Om Mani Padme Hum* repetitivo, monótono, finalmente envolvente y que ayuda a frenar el pensamiento. Y luego, en las explanadas del monasterio, unas danzas demiúrgico-sacras, con llamativas y a veces feroces máscaras, interpretadas por monjes y lamas. El viaje prosigue hasta el valle del Pin, donde medito en una minúscula *gonpa*, y después hasta el impresionante monasterio escalonado del último pueblo al que podemos acceder, Kibber, cerca del cual se encuentra el fabuloso monasterio de Ki.

Durante esos años intensifiqué mucho lo que podría denominar el trabajo sobre la presencia, que forma parte del trabajo interior o sobre uno mismo. Consiste en desarrollar al máximo la presencia de ser y profundizarla, aprendiendo a desapegarse o desligarse de las envolturas psicofísicas. De esa manera, uno logra estar en su “centro” sin centro y quebrar el dispositivo de la identificación, que tanto nos arrebató y, por consiguiente, nos acapara y nos roba la libertad interior y la lucidez, y por supuesto la ecuanimidad. Muchas personas son totalmente ajenas a este trabajo interior, muchas, porque no son capaces de encontrar vías para emerger de esa insatisfacción silenciosa que las atenaza, y creen que solo prosperando en la vida externa podrán lograr que remita. El trabajo interior tiene sus leyes, exigencias, métodos. Se basa en tres puntos básicos: la virtud, la disciplina mental y el desarrollo de la sabiduría. Este trabajo interior pasa por la observación de uno mismo, el autodescubrimiento y la transformación. De hecho, este trabajo es para conocerse y poder transformarse. Da igual si la persona cree en sí misma o no. Si lo haces, te transformas aunque no creas; si no lo haces, por mucho que creas, no te transformas ni una pulgada. Existe siempre una brecha, y no poco

extensa, entre el yo social y el yo real, entre la persona aparente y la genuina, entre la propia identidad y el modelo idealizado. En el continuo proceso de aprendizaje, se incluye el de desaprendizaje para volver a aprender. Puede irse activando en grado muy considerable el factor de observación que puede mirar sin dejarse férreamente identificar por lo observado y mantener así una mente más independiente y sana, sensible pero no sensiblera, lúcida y a la vez compasiva. Salvo en casos de personas muy afortunadas, esa transformación requiere disciplina y la puesta en marcha de unas instrucciones que sirven de guía, aunque sea de modo provisional, y unas técnicas que nos ayuden psicosomáticamente. Hoy en día se conoce más la filosofía del Vedanta, se conoce, empero, de un modo muy deficiente, parcial y que da lugar a malentendidos, como el de sentir que todo esfuerzo es provocativo y que no hay que hacer disciplina alguna o seguir método alguno para lograr el re-conocimiento de la propia identidad y liberar la mente de todas sus obstrucciones y autoengaños. O sea, amigo lector, que Buda, y llegó a ser Buda, se esforzó durante muchos años para realizarse; aún más Mahavira, el gran maestro del jainismo; y no poco Shankaracarya y Ramakrishna y el mismo Ramana Maharshi, sin olvidarnos de las tribulaciones de un Eckhart o un san Juan de la Cruz o un Kabir, que llegó a decir a sus discípulos: «Miradme a mí, soy un esclavo de mi propia intensidad». ¡Y que llegue ahora la gente que se dice en la senda del espíritu y quiera obtener logros desde la más supina holgazanería, o incurriendo en el burdo autoengaño de que como ya soy el que soy nada tengo que hacer para serlo! ¡Ah!, y si todavía no me percató del que soy, ya sucederá sin que yo me esfuerce en nada. ¿Acaso no es cierto ese adagio de que lo que no evoluciona, se degrada? Uno puede ser el que ya es, pero como no siga un método, se desarrolle al máximo, purifique su discernimiento y libere la mente de corrupciones y trabas, no va a saber vivencialmente nunca el que es y, por tanto, se va a quedar en una idea intelectual y no se va a transformar, o sea, que va a seguir cargado, sin dudarlo, con sus miedos, apegos, odios y emociones insanas. Pueden llegar a ser un peligro o un obstáculo esos libros de pedantes que confieren al lector una falsa idea de facilidad en cuanto a la conquista interior, dejándola en manos de no sé quién y, por tanto, dando la espalda al triple entrenamiento: el ético, el mental y el del cultivo de la sabiduría. Y sin esa triple disciplina, muy poco hay que hacer, salvo en el caso de los budas que surgen espontáneamente o los iluminados naturales. Uno debe esperarlos, espiritualmente, todo de sí mismo. Pero es fácil dormirse en los laureles y pensar que todo se hace de modo automático, como el tren que lleva nuestra maleta sin

que tengamos que ir cargados con ella. No obstante, hay que llevar la maleta hasta el tren y subirla al vagón, y coger el tren... Y ya no digamos nada de esos autores que también se dejan engatusar por la idea de que el trabajo interior no es necesario, ni la voluntad ni la disciplina ni la conquista de la ignorancia para que surja la Sabiduría. Predican, pero no practican. Prometen lo que no han experimentado. Hablan de lo que ni siquiera saben si existe. Ya ni merece la pena extenderse sobre lo que al respecto sucede en el bazar de la “espiritualidad” en la llamada Nueva Era, con esa palabrería sobre el renacer de la consciencia, la consecución de una consciencia iluminada planetaria y demás. Nunca, como ahora, ha habido tanto vendedor de humo. Era Buda, que no uno cualquiera en la senda del espíritu, quien una y otra vez exhortaba a sus discípulos diciéndoles: «Esforzaos, trabajad sobre vosotros mismos, que no hay tiempo que perder». Porque para llevar a cabo la alquimia interior se requieren actitudes y métodos, y para lograr la transmutación interna se exige una disciplina autoimpuesta para mejorarse. Son palabras del *Dhammapada*: «Por uno mismo se hace el mal y uno mismo se contamina. Por uno mismo se deja de hacer el mal y uno mismo se purifica. La pureza y la impureza dependen de uno mismo. Nadie puede purificar a otro».

La presencia de ser nos va conduciendo, si la aplicamos ardientemente, a mantenernos en el “observador” y poder quebrar la identificación ciega y mecánica con nuestras tendencias más egocéntricas, que encuentran su arraigo en lo que los yoguis denominan *samskaras* y *vasanas*, o sea, impresiones del inconsciente y propensiones, que retroalimentamos con nuestra reactividad *ad infinitum*, y así fortalecemos los nudos en lugar de comenzar a desanudar. La presencia de ser conduce a la Presencia, donde uno está más libre de ser esto o aquello, e incluso se trasciende poco a poco la sensación marcada de ego. El ego en sí mismo no puede ser demonizado, sino que depende de la dirección que se le dé, ya sea cooperante constructiva o destructiva y productora de arrogancia. El ego nos hace muy vulnerables y sus derivados son muy perjudiciales, ya sean la suspicacia o la susceptibilidad, el egocentrismo o el narcisismo, o la prepotencia que nos impide ver necesidades ajenas y aliviarlas. La vida diaria es un excelente escenario para desarrollar el “observador” y la presencia, y la India, donde todo adquiere un carácter casi onírico para el occidental, es un magnífico teatro donde a la par ser actor y espectador, hacer y observar, implicarse sin permitir que la energía de observación se involucre.

En mis viajes al país que tanto quiero, iba comprobando, no sin cierta incertidumbre y dolor, cómo la espiritualidad se tornaba, por un lado, religión mecanizada y burda superstición, y, por otro, era explotada por mistagogos desaprensivos que embaucaban a los demás. No es siempre así, pero tampoco se puede negar esta realidad. Por eso me gusta no tener inciertas ni falsas expectativas. Y he encontrado, eso sí debo decirlo, porque es de justicia, infinita más sabiduría, claridad de mente, compasión de corazón y seriedad en los maestros budistas de cualquier corriente que entre los hindúes, aun habiendo excepciones. Y sobre todo siempre que he entrevistado a eruditos he tenido un poco la penosa sensación de, en cierto modo, haber perdido el tiempo, aunque luego me he dado cuenta de que no ha sido así, pero es que no puedo estar más de acuerdo con Ramakrishna cuando dice: «Los llamados eruditos son grandilocuentes. Hablan de Brahman, de Dios, del Absoluto, de Jñana-yoga, de filosofía, de teología y de cosas por el estilo. Pero son muy pocos entre ellos los que han experimentado las cosas de las que hablan. Son secos y duros y no hacen ningún bien». Al final, uno concluye en aquello del viejo adagio de la India: «No basta con pronunciar la palabra “luz” para que la lámpara se encienda». Como he tenido esa certeza a lo largo de toda mi vida, no abandono el *sadhana*, y no es por compulsión o voluntarismo, sino porque sé por mi propia experiencia que no se enciende la luz por decir mil veces la palabra “lámpara”, y menos si, como yo, necesitas una disciplina para no dormirte en los laureles. Por ese motivo rememoro a menudo las palabras de Buda como si me las estuviera diciendo a mí al oído: «No conozco nada tan poderoso como el esfuerzo para vencer la pereza y la apatía». Y eso no quiere decir, ¡cuidado!, que no podamos y tengamos que celebrar la vida y vivirla con plenitud, pero eso no es posible si tenemos una consciencia de lechuga (y que me perdonen las lechugas por el símil), o estamos anegados por la insatisfacción, la ansiedad, el abatimiento, las emociones insanas, el egocentrismo, las memorias negativas, la imaginación incontrolada o las heridas, complejos y traumas que acarreamos en nuestra alma.

PARTE III

13. Suresh, el faquir, y Shivaji, el yogui

Hay un adagio espiritual muy conocido que reza: «Cuando el discípulo está preparado, aparece el maestro», y esto es aplicable a muchas situaciones y encuentros de nuestras vidas. En el momento apropiado aparece un libro especial, o te traen a casa un perro o un gato, o escuchas algo iluminador en una conferencia, o entra en tu vida una persona que tendrá para ti un gran significado y ascendencia, o surge un amigo inesperado que se convertirá en tu más estrecho confidente, o haces un viaje que te ayuda a cambiar de enfoques, o te viene una circunstancia que te transforma. Ocurre cuando uno está preparado, o cuando es el momento oportuno, o cuando uno está lo suficientemente receptivo para no dejar pasar sin darse cuenta la bandeja de la providencia.

Un día 24 de diciembre. Al salir al portal de mi casa, veo que justo en ese momento está pasando ella. Es la misma joven que llevo viendo hace años por el barrio, pero a la que no accedí, primero, porque era muy jovencita y, luego, porque iba acompañada, pues no soy de los que en la calle me privo de acceder a una criatura si siento algún tipo de conexión con ella, sea hombre o mujer, o joven o anciano, o animal cuando me mira desde sus ojos puros e inspiradores. ¡Y justo en ese momento ella pasa por mi portal! ¡Ya nos hemos cruzado tantas veces y me ha apartado su mirada de la mía provocadora e intensa! Me sitúo a su lado y comienzo a caminar junto a ella hombro con hombro, avanzando la cabeza y ladeándola para mirarla más cara a cara. Y de repente se detiene un instante fugaz y me pregunta como si en realidad se lo preguntara a ella misma: «¿Por qué le haces esto a mi corazón?». Guardo silencio, sigo a su lado y, al final, pregunto: «¿Puedo acompañarte?». Asiente. ¡Por fin, tras varios años de cruzarnos por las calles o en nuestros respectivos coches, hablamos! Se llama María Luisa. Es una beldad, morena, ojos de ternura infinita, cabellos azabachados y muy rizados, tímida aunque sabe ser fluida, como una de esas hermosas mujeres pintadas por Romero de Torres. Y a partir de ese encuentro se abren los canales de comunicación, se estrechan los vínculos emocionales, busco la manera de aproximarme más a ella y descubro que me llevaba

viendo durante años, como yo a ella, y que un día se enteró de mis actividades al verme en un programa de televisión, y que a veces, cuando se enteró donde vivía, se colocaba por la noche debajo de mi ventana a mirar y esperar que la sintiera. Cuando estuve entre la vida y la muerte, dieciséis años después, Luisa me escribió maravillosas cartas de amor, porque para ella el amor no es una suma de amores, sino el amor profundo, visceral y espiritual, apasionado y sublime. Le saco veinticuatro años de edad. Y confieso que nunca he sido un modélico compañero sentimental, pero sí me declaro un formidable e incondicional amigo, y perdóneseme lo que parece petulancia, pero no lo es. Comenzó para mí por esos tiempos una época que habría de resultar muy fecunda profesional y espiritualmente. La paciencia de Luisa conmigo, que es una mujer de gran fuerza interior a pesar de su enorme sensibilidad, ha sido muy grande. No es fácil tratar asiduamente con esa mezcla que soy yo de excéntrico a mi modo, muy individualista e independiente, bastante hermético y autosuficiente, novelista y novelero, *sadhu* frustrado, funámbulo entre lo cotidiano y lo supracotidiano, buscador de verdades eternas y ácrata sin acrimonia.

Luisa ya meditaba y estaba muy interesada en los asuntos del espíritu y el autodesarrollo. La preparé en *hatha-yoga* y durante tres años me sirvió de modelo para la ejecución de las *asanas* y la relajación en un programa que hicimos en directo, para España y todo el mundo, en televisión. Solo en mi afán por difundir estas técnicas milenarias y que son una farmacopea muy provechosa para toda clase de personas, logré, con esa motivación intensa, soportar los entresijos de lo que veía el televidente en la pantalla. Allí reinaban la ramplonería y las simplezas, y además debíamos soportar en el programa la intervención de una mujer, al parecer nutricionista aficionada, de chirriante mediocridad, y de otras personas no especialmente relucientes, amén de las sistemáticas injusticias que se cometían con otras. Fue una experiencia que me sirvió para ver hasta qué punto la *maya* se vuelve más engañosamente *maya* en los medios televisivos, y sobre todo para acrisolar mi ecuanimidad. Por fortuna, y en contra de lo que quería el director del programa, solo acudíamos el tiempo justo para hacer nuestro espacio, y poder así llegar con las técnicas de relajación, meditación y yoga a infinidad de personas de todo el mundo. Cumplió en este sentido su cometido, aunque, mentecatamente y por prejuicios, el director del programa quería que yo evitase la palabra “yoga” (increíble cuando se viene utilizando desprejuiciadamente desde hace dos décadas o más), pero, en cuanto me era posible, obviamente y muy orgulloso del término, la colaba. Como el

poder de la televisión es apabullante y demencial, no cabe duda, muy a menudo, más para mal que para bien, vendí en tiempo récord más de cincuenta mil ejemplares de un libro sobre yoga y relajación. Aunque era “ligero”, creo que ayudó a muchas personas, y sobre todo ayudó a unas pocas a saber que existe un método solvente y milenario para ayudar al ser humano en muchos sentidos, propiciando lo que podríamos denominar la “salud total”.

No mucho después de conocernos, Luisa y yo partimos para Arunachal Pradesh. Llevaba años intentándolo sin resultado, a pesar de mi amistad con varios embajadores de la India en Madrid. Al final, uno de esos embajadores gentilmente lo hizo posible y fuimos invitados como huéspedes del Gobierno de la India. Yo ya había sido distinguido de esta forma cuatro veces anteriores, como “premio” a mi empeño inquebrantable por difundir la cultura india. Después de muchos trámites y un largo período de espera, solo era posible acceder a Arunachal Pradesh en grupo, pero el embajador consiguió que lo hiciéramos solo nosotros. Fue un viaje muy duro pero memorable, donde nuestra consciencia estuvo hiperdespierta para no perderse nada.

Atravesando en coche el Estado de Assam, entramos en Arunachal Pradesh y visitamos el *gonpa* de Tawang, donde tuvimos un emotivo encuentro con el abad. Se trata de una construcción excepcional, sobre un llamativo montículo. Visitamos otros *gonpas* y asistimos a ceremonias, pero lo más interesante fue alcanzar el silente y apacible valle de Ziro, que es un verdadero paraíso, y donde pude entrar en contacto con la tribu de los apatanis, cuyas mujeres se taladran las narices y se introducen tapones oscuros en ellas. Visité otros poblados tribales y comprobé cómo en las aldeas siempre había una zona de casas vacías que eran el alojamiento para los fantasmas de los difuntos.

Mi interés por los grupos tribales de la India comenzó ya desde mis primeros viajes, pero luego se acentuó enormemente y tuve ocasión de comprobar, con suma tristeza e impotencia, cómo se desalojaban en algunas zonas del subcontinente a las tribus de sus poblados para construir presas o fábricas, y cómo sus hermosas casitas eran suplidas por casas horribles y de tejado de chapa. Lo que el llamado hombre “civilizado” ha hecho con las tribus y aborígenes en todo el mundo ha sido verdaderamente atroz. Ya en uno de mis primeros viajes a la India recorrí parte del Estado de Shillong y entré en contacto con la tribu de los chasis, que siguen un estricto matriarcado. La primera matriarca (*lawbei*) es la vicerregente de la diosa-patrona del clan y es la que custodia la cultura y

religión de este grupo tribal, que encuentra sus orígenes en los primeros mongoles que emigraron a la India. Creen en los espíritus benéficos y en los maléficos, y las mujeres son muy atractivas y siempre se han caracterizado por su libertad sexual y su carácter desinhibido. Se casan tan fácilmente como se divorcian y son un vivo ejemplo de poder interior y, a la par, de femineidad y encanto.

Nuestros viajes por la India se sucedieron, y era raro el estado que dejábamos de visitar y recorrer a fondo en tren y en automóvil. Con cierta frecuencia íbamos a una ciudad que yo ya había visitado muchas veces y que me tocaba el alma, pues, como decía Kipling, cuenta con los más hermosos atardeceres del planeta. Esta ciudad es Shimla, la Mujer Azul, a dos mil doscientos metros de altitud. Es la capital del hermosísimo y montañoso Estado de Himachal Pradesh, uno de los más bellos de la India en cuanto a naturaleza.

Estaba gestando la que aspiraba que fuera una importante novela de búsqueda espiritual, un relato de carácter iniciático, con el que toda persona en la senda interior pudiera identificarse. Cuando Luisa y yo paseábamos a su delicioso perro llamado *Trasto*, un teckel, aprovechaba para ir poniéndola al corriente de esa novela que en su día tendría el título de *El faquir* y cuya acción iba a situar en buena parte en Shimla, así como en otras zonas más o menos sagradas (¿cuál no lo es?) de la India.

El faquir es una de mis novelas más emblemáticas. Tuvo una excelente acogida y la sigue teniendo tras haberse publicado hace trece años. Un mentor espiritual de la India, muy sui géneris, y que es a la par un excepcional funámbulo, va enseñando al aspirante occidental a caminar por el alambre y a trasladar a la vida misma todas las claves e instrucciones necesarias en el funambulismo, pues la vida es un alambre que se extiende ante nosotros a lo largo de setenta u ochenta años, y hay que caminar por él con lucidez, aplomo, destreza e intrepidez, pero también con cautela, equilibrio y requilibrio, sentido del presente y superación del miedo.

La editorial me propuso a Mario Conde para que hiciera la presentación de la novela, y me negué terminantemente. Dada mi enorme amistad con Javier Suárez, hijo menor de Adolfo, ambos decidimos proponérselo al expresidente, pero aunque la novela le gustó mucho, prefirió no ser el presentador. Finalmente, la presentó Nacho Cano, al que yo conocía de hacía tiempo y que años más tarde recibiría varios ciclos de psicoyoga en sesiones privadas conmigo. También asistió al masivo acto el embajador de la India en España, con el que yo tenía buena amistad y que ya murió. Fue tal el éxito de la novela

que hube de escribir una segunda parte, *En busca del faquir*, y después una tercera, *El manuscrito secreto del faquir*. Algunas claves o instrucciones que el maestro Suresh imparte en este relato son:

- Te haces muchas preguntas, por eso buscas, pero pregúntate por el que pregunta. Sientes angustia, por eso buscas, pero indaga sobre el que experimenta la angustia. Experimentas pesadumbre, por eso buscas, pero inquiere sobre el que se apesadumbra.
- Tú eres tu cuerpo, pero estás más allá de tu cuerpo. Tú eres tu aliento, pero estás más allá de tu aliento. Tú eres tu mente, pero estás más allá de tu mente.
- Primero aprende a desvincularse del cuerpo; luego de la mente; después de la Mente Única, y entrarás en el Vacío Primordial, el elemento sin-muerte, lo anterior a lo anterior. Esa es la senda del yoga, la senda de la Unión.
- No te contraigas, porque la vitalidad se estanca. No te inquietes, porque la vitalidad se altera. No te aferres, porque la vitalidad se pierde. Suceda lo que suceda, estate tranquilo; no te preocupes, no te inquietes.
- Aquello que los que no son faquires llaman fracaso, nosotros lo llamamos aprendizaje. Lo que a otros los lleva al desmayo psíquico, a nosotros nos fortalece. Lo que a otros los desanima, a nosotros nos alienta.
- Cuando haya que pensar, piensa. Cuando haya que vivir, vive. Cuando las circunstancias requieran de tu cabeza, utilízala, pero cuando no, vive sin cabeza, desde el corazón. Si te descontrolas, controla. Si controlas en demasía, descontrola. No te creas ni un lado ni el otro. No te apegues ni siquiera al camino del medio que avanza entre los extremos.
- Ante el terror, no te contraigas o lo multiplicas. Ante el miedo, no te encojas o lo activas. Si viene la ira, deja que su ola pase, no te incumbe. Si viene la amargura, obsérvala con curiosidad y flexibilidad.
- Al sufrimiento no añadas sufrimiento. Que el placer no sea el cebo que nos hace tragarnos el anzuelo. No estés en el juzgar, sino en el comprender. No estés en el dar ni en el tomar, sino en el Ser.
- Más poderosa que la luz de la mente es la del corazón. Más poderosa que la luz del corazón es la del ser. Más poderosa que la luz del ser es la de la Mente Única. Más poderosa que la de la Mente Única es la del Vacío Primordial.

Aunque *El faquir* es un relato, he vertido en él una ingente cantidad de conocimientos y métodos de la tradición del yoga y la sabiduría india. Pronto saldrá la undécima edición. En la India antigua había un linaje de verdaderos faquires, en los que me he inspirado; eran los rasayanis, con un gran poder sobre sí mismos, capaces de afrontar el “enterramiento viviente”, pues eran expertos en desligarse de sus envolturas psicosomáticas. Hay personas que han leído y releído tanto la obra que se la conocen mejor que yo. Quizá dentro de cada uno de nosotros, en nuestra bicefalia espiritual, hay un faquir, Suresh, y un desorientado buscador que anhela la libertad interior, Hernán.

En Shimla he conocido, en tantos años, un buen número de personas con propensiones espirituales o *sadhus* que me han resultado muy inspiradoras. La ciudad misma me estimula y conforta mientras paseo por esos bazares que reflejó Kipling en su extraordinaria novela *Kim*. He visitado en varias ocasiones la casa del escritor angloindio y llegué a publicar una selección de sus cuentos con ubicación en la India. Una de las personas de gran encanto y sabiduría que conocí en Shimla y a la que traté varias veces fue el profesor Madam Sharma, un personaje que parecía salido de una película de Fellini, un verdadero caballero, de gestos elegantes y mirada noble, un gran talento en matemáticas y en espiritualidad, vedantín, locuaz y ocurrente, divertido y sorprendente, que me invitaba a dar largos paseos por el Mall de la ciudad, a tomar un té en el decadente e inspirador club, a deleitar el teatro de época, donde se puso a bailar sobre el escenario en compañía de Luisa. Estos son los personajes, con su carga de sabiduría y bohemia, que nos estimulan y hacen la vida más interesante. Le he encontrado en diferentes ocasiones, y, entre otras muchas cosas, me dijo: «El secreto, Ramiro, está en recuperar el propio centro, en no perder nunca el equilibrio, y si se pierde, recobrarlo; hay que mantenerse asido al propio ser. Armonía, equilibrio, precisión. Hay que permanecer en el ser interior sin dejarse arrebatar por las emociones; hay que recuperar el núcleo ontológico cada vez que uno se extravía de él. Es sumamente importante desarrollar el entrenamiento del “testigo”, aprender a atestiguar sin reaccionar, inafectadamente, y también a activar el sentimiento y experiencia de unidad, porque todos formamos parte de la Conciencia, de lo Absoluto».

Cuando le conté hasta qué punto me atraía la India, me comentó: «Es el misterio de la India. La India es contradictoria, paradójica, misteriosa, abierta a la sorpresa y a lo inesperado, y por todo ello nos atrapa».

Como me decía Narada Thera, mi admirado amigo y mentor, a propósito de Buda: «Cuanto más lo amo, más lo conozco; cuanto más lo conozco, más lo amo». Lo mismo me pasa a mí. Es de una lucidez excepcional. Y era él quien decía que si no encuentras personas nobles (es decir, lúcidas y sensibles), es mejor caminar en solitario como un elefante. ¡Cuánta razón! La vida es corta y hay que aprender a seleccionar. Se puede ser compasivo, pero no inútilmente sacrificado; se puede y debe mirar por los intereses de los demás y conciliarlos con los propios; se puede ser inocente, pero evitemos la ingenuidad, como recomendaba Fromm. Pero todos pecamos muchas veces de ingenuidad, con el mejor de los propósitos e intenciones. Y es aprendizaje, y es entrenamiento, y es una oportunidad, no para la frustración, sino para desarrollar más inteligencia primordial y sagacidad en la acción.

Por no desairar a una persona llamada Marta (que luego demostró ser profundamente desleal y falseó toda la verdad), que trabajaba en la agencia de viajes Nuba y que se empeñó en que yo condujese espiritual y turísticamente a un grupo de personas a Darjeeling y a Bután, alegando que yo era la persona más idónea, esencial y sustancial para llevar a cabo ese viaje casi iniciático, acepté. ¡Vaya, vaya! Yo que me había negado sistemáticamente a hacer esto incluso cuando mi fraterno amigo Pablo Olmeda, director de Air India en España, me lo había propuesto muchas veces, dispuesto a reunir a un centenar de personas para un viaje de esa naturaleza. Pues como a veces el sentimentalismo nos confunde, acepté, sí, después de mucha insistencia, ir como guía espiritual y turístico, vamos a decirlo así de ese viaje, sin entender que todo era un burdo reclamo por parte de la agencia para cobrar más a los viajeros, aunque la organización no pudo ser peor en todos los sentidos. Marta demostró su ineptitud viajando a zonas que nunca había pisado en su vida y en las que quería lucir su, al final, inevitable incapacidad para la acción hábil y eficiente. A tal viaje se apuntaron alumnos míos muy interesados en la búsqueda espiritual, pero insensatamente la agencia abrió las puertas a otros que no tenían el menor sentimiento místico como para apuntarse, mentecatamente, a un viaje de tales características. Gente frívola mezclada con gente con inquietudes y sensibilidades; turistas banales entre viajeros intensos y ávidos de conocimientos; unos propensos a ir compulsivamente de tiendas, y otros a ir de ceremonias, monasterios y ermitas. Bueno, aquí se cumple lo que a menudo me recordaba mi buen amigo Simon Mundy, que todos compartimos el mismo espacio físico, pero no el mismo espacio psicológico. Esta experiencia me sirvió, entre otras cosas, para desaconsejar siempre cualquier viaje que se

denomine de “autor”, sobre todo si se lleva a cabo con agencias no especializadas en estos temas, como era el caso de Nuba. Tuve, empero, ocasión de volver a abrazar a mi buen amigo el médico lama Lobsang Tashi, al que me referiré más adelante. También pude, en Darjeeling, visitar algunos de los templos que he ido visitando a lo largo de muchos años y comprobar, desafortunadamente, que ya varios de mis amigos lamas habían desencarnado.

Un año después regresé alborozado a Darjeeling, donde me paso horas y horas, ensimismado, mirando el Kanchenjunga desde la Colina del Observatorio. A primera hora de la mañana subo a la cima de la colina, donde hay varios santuarios hindúes y budistas, y allí medito; también me gusta hacerlo en un templo japonés que hay en una de las montañas de Darjeeling. Me gusta pasear por sus calles y callejuelas, visitar los monasterios de alrededor y entrevistar a monjes y lamas. Parte de estas entrevistas han aparecido en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas*. Innumerables veces, desde 1973, he asistido a la *gonpa* de Santem Choling, a unos kilómetros de Darjeeling, en una localidad llamada Ghoom, y allí, a lo largo de muchos años, me he ido encontrando con el abad, el médico y lama Lobsang Tashi, con el que he mantenido una estrecha amistad, y hemos tenido innumerables ocasiones para hablar de medicina tibetana, de las visualizaciones y su poder transformativo, del carácter de las *pujas* y mantras y de las conexiones con planos supraconscientes. Me ha mostrado técnicas para visualizar a la benevolente diosa Tara, y juntos hemos repetido el mantra invocatorio de esta: *Om Tare Tutare Ture Soha*.

Las primeras veces que visité este monasterio, había en él un buen grupo de novicios de muy corta edad. Uno de estos novicios tiene ahora la edad aproximada de cuarenta años y he hecho también con él una profunda amistad. Cuando el doctor Tashi Lobsang viaja para dar cursos de medicina tibetana fuera del país, Choddar, que así se llama el monje, se encarga de regentar el monasterio. Siempre que acudo tengo garantizada durante las horas que quiera el santuario para meditar, un buen té con manteca de yak y una especie de “porras” deliciosas. Si está el lama Lobsang Tashi, me toma los pulsos, y si es necesario, me regala algunas píldoras y vuelve a explicarme cómo se preparan.

Hace muchos años, cuando me encontré con el lama y estaba de moda en todo el mundo el mito del “tercer ojo”, debido a la obra que a tal fin escribió el supuesto lama Lobsang, que era un fontanero inglés, el doctor me puso al corriente de que todo eso era falso, dado que, para empezar, en el Tíbet no se realizaban operaciones quirúrgicas, y en

ese libro se llegaba a hablar de una en el entrecejo o frente para abrir el “tercer ojo”. Era uno de tantos embustes que utilizó el supuesto lama, en lugar de especificar que se trataba de pura ficción, o sea, de una entretenida novela.

Darjeeling, por una u otra razón, ha sido siempre un lugar de poder o especial energía para mí. Antes de despuntar el sol, salto de la cama y corro al mirador de la Colina del Observatorio para ver el amanecer, cuando los dorados rayos del sol se reflejan sobre el Kanchenjunga. Siempre he pasado días felices en Darjeeling. A veces han surgido incluso estados cumbres de consciencia, pero son menos fugaces, más plenos y transformadores esos estados en los que uno se siente conectado con el todo, la mente muy clara, la consciencia despierta, el corazón compasivo y el sosiego como si impregnase todas las células del ser.

Uno de los niños (les llamábamos reclutas en broma) que había como novicios hace tantos años era el mencionado Choddar, que se ha convertido en un gran amigo al que siempre acudo a abrazar cuando voy a Darjeeling y con el que disfruto cambiando impresiones. Es muy diligente y activo, y ha construido una hospedería en la que pueden alojarse tanto monjes como viajeros, en un lugar realmente paradisíaco.

Comencé a escribir por entonces una de mis novelas espirituales más ambiciosas, *El derviche*, que luego se ha reeditado como *Los ojos del corazón*. También escribí *Grandes maestros espirituales*, obra con la que gané el Premio Espiritualidad de la Editorial Martínez Roca. Aunque tenía el tiempo muy ocupado con talleres por toda España, conferencias, congresos, las clases y mi trabajo interior diario, no dejaba de escribir libros y reportajes, y también comencé a impartir enseñanzas y métodos en sesiones privadas a un gran número de personas, entre las que se encontraban drogadictos, alcohólicos, ludópatas, deprimidos, personas con ataques de ansiedad pánica o despersonalización, actores, destacados empresarios, y personas en general que deseaban conocerse mejor a sí mismas y seguir un método que se basa en autoindagaciones, diálogos de apoyo y esclarecimiento, métodos de desarrollo interior y realización de uno mismo; y, por supuesto, enseñaba a meditar, principalmente la técnica de *vipassana*, aunque también la llamada meditación en el ser, que permite absorber la mente en su fuente y cortar los pensamientos. He trabajado en estas sesiones particulares, a veces de enorme intensidad y profundidad, a lo largo de muchos años,

hasta que caí enfermo tras mi último viaje a Sri Lanka. Los resultados siempre han sido muy alentadores y provechosos.

Como estaba interesado en todos los aspectos de la India, pues he querido siempre obtener, hasta donde me ha sido posible como occidental, el mayor conocimiento sobre un país por mí tan amado, investigué también, y tan a fondo como pude, a los lagia sahorias, los eunucos e *hijras*, los pastores gaddis y los pastores de búfalos conocidos como gujjars. Para encontrarme con los gujjars, cuyo origen es incierto, igual que el de los gaddis, viajé hasta la reserva de Ranjani, donde hay poblados en los que pude encontrarme con estas gentes amables y hospitalarias, de religión musulmana (los gaddis son hindúes), y deleitar la sabrosa y nutritiva leche de búfala; y también me desplazé, en el valle de Kulu, hasta el Paso de Jalhori, donde pude ver a los gujjars en su pastoreo habitual y alimentarme de los densos quesos que elaboran con la leche de sus búfalas.

No me bastaba con haber encontrado a los gaddis y sus rebaños por las altiplanicies de los valles de Kulu y otros, sino que quería llegar hasta su localidad central, que está en el valle del Pangi y que se llama Killar. Allí fui maravillosamente recibido por sus gentes, que estaban empeñados en que adoptase a una niñita pequeña, sin comprender que su deseo no podía llevarse a cabo por las formalidades burocráticas. Fue un recorrido muy largo en *jeep*. Atravesamos el valle de Lahaul, que yo quería visitar de nuevo, y pernoctamos en una localidad muy parca llamada Udeypur, entre montañas altas y desnudas, con buenos templos de madera, de estilo medieval. Allí dormimos en una casita muy modesta y fría de los lugareños. Por una serpenteante carretera, entre esas colosales montañas, pude acceder (llevaba años deseándolo) al Trilokanath, un templo sincretista, mitad budista tibetano y mitad hindú, donde entrevisté al abad, un anciano casi en la antesala de la muerte, pero que ni por un instante dejaba de rotar el molinillo de oraciones y murmurar los mantras. A la vuelta del país de los gaddis, diluvió de tal manera que nos vimos inmersos en una muy peligrosa riada, que nos obligó a subirnos al techo del *jeep*. Fue estremecedor ver cómo los gaddis hacían enormes esfuerzos para salvar a las ovejas y cabras que las aguas arrastraban hacia el precipicio.

Solo pudimos salir del río siendo arrastrados por un par de camiones, pero uno de ellos también se quedó atrapado en las aguas. Fueron momentos difíciles, donde se ponen en marcha los más energéticos e intrépidos recursos que subyacen en uno. En este viaje estuve acompañado por Luisa, mi alumno más antiguo y leal, César Vega, y mi amigo Carlos Campo (propietario del restaurante vegetariano el Estragón, él mismo

profesor de yoga y experto en karate). Y con César y Luisa, posteriormente, viajé a Rishikesh y Mussoorie.

Rishikesh se ha tornado la cuna del turismo espiritual, un supermercado del espíritu, donde pocos son los que saben y muchos los que proclaman saber. Como el indio no duda en apoyarse en lo más sagrado o espiritual para hacer dinero y la rupia es la rupia, en las afueras de Rishikesh se ha montado el que se considera uno de los *spas* más elitistas del mundo, al que algunos llegan en helicóptero, y que tiene unos precios desmesurados donde los haya, además de mucha tontería pija y mucha excentricidad. Podrá creerse el lector que como emblema del *spa* hay una celda-santuario que está dedicada a la santa de las santas Anandamayi Ma y que sirve de relicario turístico para los esnobistas que acuden a este lugar donde el yoga que se ofrece, la meditación que se ofrece, las instrucciones que se ofrecen, todo es melifluido e insustancial. Pues solo se me ocurre decir aquello de: «Si Anandamayi Ma levantara la cabeza».

Preferí ir a un antiguo hotel de Mussoorie, una especie de edificio medio gótico y a punto de venirse abajo en cualquier momento, donde tocas un grifo y se rompe, abres la puerta de un armario y se cae, te echas en la cama y cruje como un animal herido de muerte, llueve y te cae el agua en la frente mientras tratas de dormir, se va la luz a menudo y no hay velas. Durante muchos años me alojé en este hotel, cuyo edificio era precioso; ahora ya lo han cambiado. Hice muy buena relación con el dueño, una persona con mucho estilo y encantadora, el señor Fauhar. Nada le faltaba a este hotel, pues incluso tenía su fantasma.

En las largas noches pasadas en los trenes de la India, a veces escuché las voces y risotadas de los eunucos, a los que también había encontrado en los bazares de distintas ciudades indias o por las callejuelas de las localidades del Rajastán u otros estados, siempre alborotando, cantando o bailando, nunca pasando desapercibidos. Pero en un par de viajes a la India, siempre en mi afán de ir descubriendo los aspectos incluso más insospechados, indagué sobre los eunucos y sobre los *hijras*. Los primeros son castrados (labor que, con gran riesgo, llevaban a cabo los barberos), y los segundos son personas que nacen con órganos masculinos y femeninos, o sea, hermafroditas. Hay millones de unos y otros en la India. Los eunucos presionan con sus cantos y movimientos soeces para que la gente, sobre todo los comerciantes, les den dinero. También asisten a las bodas, y así consiguen un buen puñado de rupias. Otros se prostituyen. Llevan a cabo

una subasta y defienden sus derechos. Los *hijras* son menos en número y algunos han conseguido ser muy ricos. Entrevisté a la que es su gurú en la vieja Delhi, en la terraza de una casa antigua de uno de los barrios de callejuelas umbrías y ensortijadas. Se quejó de que la sociedad en general todavía se mofaba de ellos o los despreciaba, y me rogó que cuando escribiera sobre ellos lo hiciera con respeto y prudencia. Pero lo curioso es que en este país de enormes contradicciones y supersticiones sin límite, donde impera un pensamiento mágico, pero puesto al servicio de lo más material y en el intento siempre de ganar los favores de las fuerzas sobrenaturales o de los dioses, los *hijras* se consideran a la par signo de suerte. Tanto los eunucos como los *hijras* son alejados de sus familias cuando son niños e incorporados a grupos constituidos por personas como ellos, lo que resulta un alivio para sus familias, que se avergüenzan de este tipo de hijos. Que la India es un país de extremos, nadie lo puede dudar, nadie. Es la cuna, sí, de la más alta espiritualidad, refinadas metafísicas y solventes métodos de autorrealización, pero toda luz tiene su sombra, y esta sombra está alimentada por toda clase de ritos mecánicos y prácticas mágicas y supersticiosas.

No dejé tampoco de viajar por estados como Madhya Pradesh y Tamil Nadu, y tantos otros. En Madhya Pradesh recorrí toda la reserva de Manas y me trasladé hasta la estupa de Sanchi, donde me quedé verdaderamente extasiado, pues sin duda es la más bella del mundo. Allí están, al parecer, enterradas las reliquias de los dos discípulos más aventajados de Buda: Mogallana y Sariputra; el primero de ellos gozaba de grandes poderes clarividentes, y el segundo era portador de una prodigiosa sabiduría.

En Tamil Nadu siempre he invertido infinidad de horas en sus templos y ciudades-templo y asistido a ceremonias brahmínicas, donde los aspirantes a iniciados y adeptos se entregan con fruición a la ceremonia del fuego u *homa*. Y en esas tierras sureñas, de frondoso follaje, me encontré con Shivaji Shivaj, cuyo discurso no era manido o estaba lleno de tópicos como el de tantos gurús, que parecen un calco los unos de los otros. Fue uno de esos encuentros que quedan para el recuerdo. Me dijo: «Renuncie a la felicidad y tal vez entonces comience a sentir felicidad. Perseguimos la felicidad. No hacemos otra cosa que perseguirla, como una persona que se pusiera a perseguir su propia sombra, siempre al alcance, aparentemente, pero siempre inatrapable. Otra cosa es la Sabiduría. Renuncia a la felicidad. Sigue tu trabajo interior sin perseguir la felicidad y algo importante, mágico, sucederá dentro de ti. Ambos hemos sufrido, y por eso ahora

estamos hablando. Cuando dejé de ir hacia la felicidad, ella vino hacia mí. Esa es la magia; ese es el secreto. Si estás en el cuerpo, si estás en el cerebro, si estás en la mente, ¿cómo vas a ser feliz? Cuerpo, mente, cerebro tienen sus propias leyes, y en su propia dinámica de vida generan dolor, sufrimiento. ¿Quién persigue la felicidad? El cuerpo y la mente, porque sufren, padecen el proceso de vida que engendra tanto dolor. O sea, que nuestros disfraces psicosomáticos son los que persiguen la felicidad. Si meditamos, descubriremos que hay en nosotros, al menos potencialmente, un centro de paz que está completo en sí mismo. Nos daremos cuenta de que el cuerpo y la mente son los que persiguen la felicidad, una felicidad que nunca podrán atrapar. Si uno está en el cuerpo o en la mente, la vida es un drama que se cierra con una tragedia. Cae el telón, y uno ha vivido su drama persiguiendo la felicidad. Pero si uno se establece en su centro de paz, ¿es que va a perseguir lo que ya tiene?».

Me miraba con ojos aún más elocuentes que sus ya muy elocuentes palabras. Agregó: «La sabiduría solo sobreviene permaneciendo en nuestro centro de paz. Entonces, ni siquiera dañaremos un pétalo de flor. Surge la compasión universal. Usted es un buen hombre. Lo mucho que ambos hemos sufrido nos acerca. No persiga la felicidad. La compasión irá abriendo todos los pétalos del *chakra* de su corazón».

Dos años después volví a la India con una idea muy definida: inspirarme en los parajes de la zona del Nanda Devi para llevar a cabo una novela muy ambiciosa que iba a titularse *El templo de hielo*. Viajé de Rishikesh a Joshimath, y de allí a una aldea tribal llamada Lata, desde donde han partido expediciones a esa cumbre única y con nombre de diosa llamada Nanda Devi, cuya hermosura es apabullante. No estaba yo preparado para desplazarme ni siquiera a la base de esta montaña sumamente sagrada, pero sí recorrí parte del río que atravesaron algunos alpinistas a la conquista de este pico himalayano, y también logré, caminando durante dos días por un terreno muy peligroso, helado y resbaladizo, poder acercarme hasta un refugio desde el que se apreciaba mucho mejor el Nanda Devi, tras haber accedido a la Reserva del Nanda Devi, una de las más bellas del mundo, rodeada de picos gigantes. Nevó intensamente durante esas dos noches, que pasé una en una miserable tienda de campaña y otra en el refugio. Pero fue una experiencia única, apoyado por portadores tribales, poco profesionales, pero encantadores y buenos cocineros.

Hay dos localidades llamadas Lata: la de verano y la de invierno, también conocidas como la alta y la baja, ambas con casas muy rústicas, de piedra y con puertas muy

pequeñas para prevenir el frío. Fueron días muy duros pero inspiradores. El éxito de *El templo de hielo* hizo que escribiera y publicara una segunda parte, titulada *La llamada de la India*.

No dejaba de viajar a la India. Siempre he tenido como dos vidas: una en España y otra en la India, y me he manejado así con dos espacios muy distintos de consciencia. En la India, se alertan mis sentidos, se potencia mi perceptividad, se vuelve mi energía inagotable, pero no viviría en la India indefinidamente, en absoluto. Son muchas las cosas que me gustan de ese país, pero no pocas las que me disgustan. Soy realista en este sentido y sé muy bien el abismo que hay entre la India ensoñada y la real. Pero en ese país he obtenido estados de consciencia de gran plenitud, no solo, en terminología de Maslow, estados cumbres, sino estados meseta, donde se mantiene mucho más el sentido de unidad, el sosiego, la sintonía con todo lo existente y la sensación de estar completo.

Después de tantos viajes a la India y tantas experiencias, vivencias, impresiones indelebles, escribí mi obra más ambiciosa sobre este desbordante, inagotable, insólito e interesantísimo país. Un gran volumen titulado *La India que amo*, al que seguiría otro, mucho más reducido y de carácter menos general y más intimista, llamado *Cien viajes al corazón de la India*.

Tenía pendiente un viaje con mi buen amigo José Miguel Juárez, el editor de ese clásico que es la *Guía del Ocio*. Él había viajado a la India cuando era muy joven, cubriendo el trayecto por carretera desde Madrid al subcontinente indio. Fuimos en avión hasta Delhi en una época muy fría para la montaña, y lo íbamos a pagar en nuestras carnes. Queríamos cubrir dos lugares concretos. De Delhi a Darjeeling en avión, y en *jeep* a Sandhakphu, y de Delhi a Badrinath, Gwaldam y Raniket, ida y vuelta en automóvil. ¿Por qué Sandhakphu? Porque es un lugar bellissimo, entre bosques, a seis horas en *jeep* de Darjeeling (solo cincuenta kilómetros) por una complicada pista a menudo de barro o arena. Vamos, lo que los viajeros franceses denominan un *chemin mulitière*. Es una paliza, y uno llega de tal modo revestido de polvo que apenas se le ven los ojos. Pero el paisaje, durante todo el viaje, es de pura fantasía. Además, tuvimos ocasión de visitar una *gonpa* que no se abre al público y donde pudimos meditar y luego tomar un té caliente, con una intragable capa de manteca rancia de yak.

Por consejo de Federico Sopeña, ya había estado yo años antes dos veces en este hermoso lugar de la Tierra, desde donde, al amanecer, se aprecia toda la cadena himalaya, incluyendo el Everest. Es quizá una de las mejores y más panorámicas vistas

de este prodigio de la naturaleza que son las montañas más altas del mundo. La noche fue de las que se dice “toledanas”, en una cabaña en construcción, con un frío tal que, a pesar de la cantidad de mantas que no nos permitían ni mover un centímetro el cuerpo, calaba hasta los huesos. El frío fue también sumamente intenso en Badrinath. Nos desplazamos hasta la aldea tribal de Mana, pegada al Tíbet, donde las gentes siguen un culto entre animista y budista, y después fuimos, en un viaje muy largo por carretera, hasta la localidad de Gwaldan, en mi empeño por mirar el Trisul y otras montañas vecinas. Nos tocó el más miserable, sórdido, desvencijado y sucio bungaló, buen ejercicio para superar el asco y desarrollar ecuanimidad. Pero al amanecer, la visión que se presentaba ante nosotros, con todos esos majestuosos picos nevados, compensaba con creces todo lo pasado, al igual que el largo paseo entre pinos y rododendros.

En esas latitudes, la mente se ensancha, la energía se purifica, el ánimo se apresta y el tiempo parece suspenderse de tan extasiado que uno queda ante tanta desbordante belleza. En esos momentos, me vino a la mente un antiguo adagio que escuché en la India muchos años antes: «Sin el hombre, este planeta sería un paraíso». Y otro complementario: «Este planeta es el manicomio de los otros». Al sufrimiento de la tracción de la naturaleza, el llamado ser humano añade mucho sufrimiento, que bien podríamos evitar si se produjera la comprensión clara y profunda que pone fin a la neblina de la mente. ¿Qué ha fallado para que después de cientos de miles de años no hayamos evolucionado más psicológica y espiritualmente? Todo está dicho, pero nada está hecho.

14. Baba Sibananda

Baba Sibananda bien se merece todo un capítulo en esta obra. Es una persona increíble, pero además todo estaba en principio aparentemente dispuesto para que no nos encontrásemos en este itinerario existencial, pues él no se mueve de Benarés, y yo me había prometido no volver más a esa ciudad tras haber estado en ella más de una veintena de veces. Aunque Benarés es apasionante, debo aclarar sin ambages que estaba ya un poco hasta la coronilla de ella, y que tras haberla vivido con intensidad, había dado por cerrado el ciclo de mis viajes a la que se tiene por la ciudad más santa de la India. Pero si es verdad que existen las sincronicidades o las conexiones cósmicas o las coincidencias cargadas de sentido, todo ello y mucho más se dio para que yo volviera a Benarés (no una vez más, sino muchas) y entrase en contacto con este *sadhu* que fue errante por distintas partes de la India y que finalmente se estableció, al parecer ya de por vida, en la ciudad de Shiva, la más peregrinada de la India, por donde fluye el río más penetrado por cuerpos humanos en el orbe y donde todo hindú aspira a morir para que allí su cadáver sea quemado y sus restos arrojados a las aguas del bendito Ganges, que viene desde los altos del Himalaya y desemboca en la bahía de Bengala.

¿Los encuentros realmente importantes en nuestra vida son casuales o están en cierto modo predestinados? La gente entra y sale de continuo de nuestras vidas. Nos juntamos un trecho y luego nos separamos; muchas veces es así. Pero es caso cierto que hay personas que misteriosamente, e incluso aunque nos resistamos a ello, llegan a nuestras vidas o nosotros llegamos a las de ellas. A veces es para bien, pero a veces también puede ser para mal. Tratar de sondear con la simple razón lo incognoscible es tiempo y trabajo perdido. Muchas veces hay que rendir el ego racional, sin precipitarnos desde luego en el pensamiento mágico neurótico.

Voy a sintetizar. Tras haber dejado de viajar hacía unos años a Benarés por la firme determinación tomada, me entero de que uno de mis lectores le entrega un ejemplar de mi libro *El yogui* a un *sadhu* de Benarés porque su fotografía aparece en la portada, y

que este *sadhu* se ha quedado por completo perplejo al verse en el libro. Mi lector le regala el ejemplar. Más tarde, mi amigo y alumno Alberto (el español que más tiempo trabajó en las instalaciones de la Madre Teresa de Calcuta) me telefoneó para decirme que un amigo suyo se había encontrado con un *sadhu* en Benarés que le había enseñado mi obra *El yogui* y le había dado una foto suya para mí (que conservo con mucho cariño).

No mucho después recibí una carta de una señorita llamada Margarita, que me decía: «Le mando esta fotografía y esta nota cumpliendo una “misión” que me encomendó Babaji Sibanananda Brahmachary, el *swami* que aparece en la foto. Él es la cara de la portada de su libro *El yogui*. Su sorpresa fue mayúscula cuando unos españoles le mostraron un ejemplar de la obra ¡y se vio en la portada! Su mayor interés es conocerlo a usted personalmente, pues le han hablado de su trayectoria y sus trabajos... Me llamo Margarita y soy una antigua e impenitente estudiante de yoga. El contacto con Babaji fue de lo más enriquecedor, ya que tiene un gran sentido del humor y, como ya le he mencionado, tiene un gran interés en conocerlo».

Años antes, siendo yo el implacable “cazador de *sadhus*” hubiera corrido a conocerlo, pero no tenía la menor intención de hacerlo. Resulta que cuando mi obra *El yogui* alcanzó la sexta edición el editor eligió al azar (pensábamos que al azar) una foto muy llamativa de un *sadhu* del que nada sabíamos, pero que luego resultó ser Baba Sibanananda, con el que se estaban dando tantas “coincidencias”.

Me llega otra carta; esta es de una señorita llamada Mercedes Medina. Me dice: «Me encuentro en esta fascinante ciudad, compartiendo su bulliciosa calma con la variada fauna que habita en ella, intentando impregnarme de su magia y de rastrear sus misterios. Bueno, pues en ello estaba cuando una niña de los *ghats* me dijo: “Mira, ese *baba* habla español”. Caminábamos por el mercado de frutas situado a la entrada de Bengali Tola, cerca de Dasaswamedh Ghat. En un chiringuito de *chai* [té indio] se encontraba un hombre mayor, vestido con trapos rojos, de unos ojos clarísimos y cara risueña... Sacó de su talega un libro descuajeringado con el título *Aprenda español en un mes*. Me dijo que le encantaba el español, que en su vida anterior debió nacer en España porque siempre se encontraba con españoles y quería aprender más. De entre las páginas del libro sacó, en esta ocasión, una fotocopia de la portada de una obra suya en la que está su foto y comentó: “El yogui. Ramiro Calle. *I never met him*”».

Hay más. ¿Hasta dónde pueden llegar las casualidades o causalidades o significantes o leyes de lo accidental? A saber. Un día viene al centro de yoga uno de mis alumnos cargado con un cuadro. Me lo trae de regalo. Lo desenvolvemos y es un retrato de Baba Sibananda que ha hecho a partir de una foto. Este cuadro está colgado desde hace años en una de nuestras salas de yoga y llama la atención de innumerables alumnos. Y las “coincidencias” se suceden en tropel. Vuelvo a ver, porque me apetecía y guardaba buen recuerdo de ese documental, *Baraka*, y allí veo a Baba Sibananda. Meses después en una serie de televisión llamada *La ruta de Samarcanda*, otra vez Baba Sibananda. Y me llama por teléfono otro viajero, que había estado en una ONG, y me hace referencia a Baba Sibananda. Para sumar más “tentaciones” y que quiebre la promesa que me había hecho a mí mismo, una pareja de alumnos compra una camiseta y el cartón que va dentro para mantenerla estirada es una foto de Sibananda y no hay ningún tipo de publicidad en ella.††

Meses después mi querido amigo y antiguo alumno Publio Vázquez, también un apasionado de Oriente, viaja a Benarés y le pido que se entreviste con el *sadhu*. Yo también estaré en la India, pero no cederé a la tentación de volver a la sacrosanta ciudad, una de las más antiguas del mundo. Publio se entrevista con Baba Sibananda y graba una entrevista fantástica en vídeo, una joya. Aparece esa inspiradora entrevista en mi libro *En busca del ser*.

Después de haber conocido a tantos y tantos *sadhus*, yoguis, eremitas, mentores y gurús, me bastaba con saber de él y verlo en las fotos que iba consiguiendo. Desde la distancia, sentía un vigoroso vínculo con este hombre, que tanta simpatía me despertaba a mí y a cuantos lo conocían. Y además estaba releendo en esa época la obra de Miguel Serrano *La serpiente del paraíso*, que despertaba en mí ecos de la India y sobre todo de *sadhus* como Baba Sibananda, que parecían llevar el sadhuismo en los genes. Por cierto, no había vuelto a saber nada de Miguel Serrano y ni siquiera sabía si todavía vivía. Fue embajador de Chile en la India a lo largo de diez años y contactó conmigo a su vuelta a Chile, y me fue obsequiando con sus libros sobre el amor mágico. Conocía durante unos años solo esa vertiente de él y fui sabiendo que fue amigo de Nehru e Indira Gandhi y que se entrevistó con Hesse y Jung, unos encuentros que incluyó en su obra *El círculo hermético*. Llevábamos algunos años manteniendo contacto epistolar y vino a Madrid prioritariamente, me dijo, para conocerme, tanto es así que dio una conferencia sobre el amor mágico en Shadak, donde se ganó sobre todo la simpatía de muchas mujeres, pues

era alto y apuesto, se expresaba de maravilla y hablaba de ese tema que a todos tanto encandila: el amor predestinado, el alma gemela, el amor mágico y otros temas afines. Tanto Simon Mundy como Ignacio Fagalde leían con entusiasmo sus obras sobre el amor, tales como *Las visitas de la reina de Saba* o *Elella*. Yo tenía todas sus obras en esa dirección, pero desconocía que era autor de otras de carácter muy distinto; vamos, ni lo sospechaba.

Cuando vino a Madrid, nos vimos varios días, y el de la despedida, me dijo: «Te voy a enviar obras de otro campo en el que me muevo», y empezó a hablarme –dejándome cada vez más atónito– del misticismo de los nazis, del origen extraterrestre de los arios hiperbóreos, del esoterismo del Tercer Reich y, ya para colmo, de que Hitler era un avatar que había nacido en el Kali-yuga para frenar el nefasto poder de los semitas. Ya debió notar que torcí el gesto y que mi abrazo de despedida fue mucho menos expresivo que el de bienvenida. Además, me iba contando todo ello como si estuviera en su ánimo iniciarme en la tradición que él seguía y apoyaba. Semanas después recibí varios libros suyos abiertamente a favor del nazismo y con teorías más que peregrinas que aseveraban que lo que decían los judíos era falso. Ya las portadas de esos libros producían alergia. Me deshice de ellos y nunca volví a tratar a Miguel Serrano. Eso no era obstáculo para que yo estuviese releando su obra sobre la India. También trabó amistad con el Dalái Lama y con los escritores Erza Pound y Julius Evola.

Mientras tanto, siguieron llegando noticias sobre Baba y supe que también mi amigo Álvaro Enterría sabía de su existencia y que lo llamaban Lal Baba (por ir vestido de rojo). Decidí ceder a la tentación, pues como decía Oscar Wilde, es una forma de superarla, aunque solo a veces, y le dije a Luisa que deseaba incluir Benarés en mi próximo viaje, en el que me acompañarían Carlos Campo y César Vega. Meses antes de que yo decidiera por fin ir a visitarlo, lo hizo mi buena y encantadora amiga y alumna Susana, que luego me dio un libro de historia de España para que se lo llevara en su día a Baba. El imprevisible destino quiso que cruelmente ella muriera poco después en un accidente de coche en África, lo que consternó a Sibananda.

Tras un largo viaje de casi un día y una noche en tren, debido a los retrasos, finalmente llegamos a Benarés, y en cuanto dejamos los equipajes en el hotel, cogimos un par de ciclo-*rickshaws* y partimos hacia una *dhaba* (especie de taberna) donde nos habían dicho que podríamos hallar a Baba. Penetramos por las angostas, sinuosas y medievales calles de parte del casco antiguo de Benarés, plagadas de pequeñas tiendas,

muy animadas, cerca del mercado de verduras, y llegamos a la *dhaba*. Ya desde cierta distancia vi los atavíos rojos de Baba. Entramos en el café, nos sentamos a su lado, hombro con hombro estaba yo con él, lo saludamos, saqué el libro de historia de España y se lo entregué. Entonces él, sonriente, mirándome con esos hermosos ojos ambarinos que tiene, preguntó:

—¿Otro libro de Ramiro Calle?

—Yo soy Ramiro Calle —dije. Se quedó atónito y entusiasmado, como si no pudiera creerlo, mirándome muy fijo, y nos abrazamos una y otra vez, para luego conversar durante un tiempo tomando taza de té tras taza de té. Fue un encuentro que deja huellas imborrables, que alborozar el alma, que uno lo toma no como un simple conocimiento, sino como un inesperado y misterioso re-conocimiento. Había comenzado una gran amistad, y, de hecho, siempre que me despido de Baba me dice, tras un profundo abrazo, «amigos para siempre, amigos para siempre».

Baba ha calado en mi alma. No imparte enseñanzas, porque su forma de ser, estar, reír, querer, jugar con las palabras, disfrutar de un envidiable humor es la enseñanza en sí misma. Desde nuestro primer encuentro, muchos alumnos míos lo han visitado y han quedado encantados. Hay que sentarse junto a él, frente al río, unas veces en perfecto silencio (hasta donde eso sea posible en la bulliciosa India), y otras disfrutando de sus ocurrencias divertidas y de su especial sentido del humor. A veces, empero, se pone muy serio, cuando se habla con él de cómo va la humanidad, o de las injusticias, o de la falsedad de tantos gurús embaucadores y desaprensivos. Cuando estamos a solas, logro irle sacando cosas de su vida, aunque para él lo que cuenta siempre es el momento presente. No tiene nada, pero se declara muy feliz; vive sin ninguna comodidad ni confort, pero siempre está alegre. Es un vedantín monista, si de alguna forma hubiera que definir a quien es indefinible. Pero, por fortuna, no forma parte de los mentores neovedantistas, que imparten el mensaje equívoco de que no hay que seguir *sadhana* alguno para hallar el Ser que siempre hemos sido. Baba insiste en la necesidad de ser virtuoso, seguir el camino de la meditación (que es el más directo, asegura, hacia el Ser), desarrollar sabiduría y compasión, cooperar con los demás y saber discernir. Es humilde, no va de mentor, sino de todo lo contrario, y a veces parece un maestro zen que se niega a usar rótulos o etiquetas, o a dejarse atrapar por las redes del pensamiento. Está, es, vive. Despierta gran cariño entre los que lo conocen, como su buen amigo Sunil o sus leales amigos españoles, que tanto le visitan, Eli y Mario.

Me gusta sentarme con él a media mañana y también al atardecer. Tenemos, dice, parecida edad. No lo sé. Sintió el impulso de viajar cuando era joven y sus padres murieron prematuramente y se convirtió en *sadhu*, permaneciendo en los bosques de Assam y luego también en Nepal. Finalmente, vino a Benarés y se estableció en la ciudad de Shiva. Como yo, tiene real “alergia” a los gurús y desconfía de los sacerdotes, preceptores védicos y demás. Pero, como hemos hablado, tiene un amor y respeto muy profundo a la Shakti y diariamente realiza su baño ritual y medita. Solo come, frugalmente, por la noche. Y está disponible para todo el que quiera sentarse a su lado y disfrutar de su sonrisa y de su especial sentido del humor. Como le sucediera a Krishnamurti y a tantas otras personas de notable lucidez, desconfía por sistema de los políticos, y lo mejor que suele decir de ellos es que son “caca de vaca”. Es estrictamente vegetariano y cree que el *hatha-yoga* es extraordinario para la salud y la purificación de energías. A veces hablamos del Absoluto y me dice: «¡Mira, mira! ¡Qué cantidad de manifestaciones! ¡Tantas especies de plantas, pájaros, animales! ¡Qué prolija es la naturaleza en sus infinitas manifestaciones!». Se queda pensativo, sin parpadear, y agrega: «Ramiro, no entiendo nada, no comprendo nada, pero Él –apunta hacia arriba con la mano– lo entiende todo». Una pausa y añade: «¡Todo es tan extraño, tan misterioso!». ».

Cuando le pregunto qué hacer, dice:

–Mirar, observar, sosegadamente, sin preocuparse. ¡Es todo tan extraño! ¡Hay tanta variedad! Contempla, haz yoga físico, y no te preocupes.

–¿Ni siquiera ante la muerte?

–Vida y muerte son lo mismo. Todos los días morimos al estar dormidos, y el que no despertemos es la muerte.

Ya en nuestro primer encuentro me puso un aro en la muñeca, en el que está escrito en sánscrito *Om Namah Shivaia*, el mantra de Shiva. Otras veces hemos hablado del control del pensamiento, de darle a la vida un sentido, de desarrollar amor “inegoísta”, de evitar el apego y de la necesidad de la aceptación consciente de lo que es.

Me dice: «Todos somos como los dedos de una gran mano cósmica y tenemos que aprender a conectar con ella, aunque en realidad nunca hemos estado desconectados de ella. Es muy útil en este sentido la meditación. El corazón de todas las criaturas es el mismo, pero desde niños nos han superpuesto códigos, esquemas, y se ha ido configurando el ego, que se interpone entre uno y su ser real». Y también: «Hay mucha

insatisfacción, Ramiro, mucha. Y no se puede superar tan solo con bienes materiales. La gente está muy loca, muy loca. Hay que ejercitar la ecuanimidad, el equilibrio. Hay que verlo todo como si fuera una película. La vida es nada, pasa muy rápido, unos pocos días, y se acabó. Venimos a hacernos la foto y nos vamos. Pero hay que estar contento. La codicia es insaciable. Pero todos tenemos dos cerebros: uno sagrado y uno demoníaco. En el sagrado hay amor, indulgencia, compasión... En el demoníaco, codicia, odio, ira... Hay que desarrollar más y más el cerebro sagrado. El amor es lo más importante».

Cuando visito Benarés, en las noches tibias me siento en alguna plataforma frente al río y me sumo en una meditación profunda. A veces la meditación es tormentosa, como si quisiera drenar dolorosamente y limpiar; pero otras es como si bajara una nube de quietud inmensa y me envolviera. La meditación se torna una experiencia y también un modo de curtirse y desarrollar los factores de iluminación para poder impregnar con ellos la vida diaria. Y en esa vida diaria uno tiene que ir aprendiendo a discernir más y mejor, a desenvolver una actitud mental de gran ecuanimidad en la que no se produzcan reactividades que potencian los condicionamientos que arrastramos y poder así, basándonos en un discernimiento muy purificado y en una actitud mental de alerta-calma, cambiar tal vez incluso la dinámica del cerebro o transformar o mutar parte de las células cerebrales, como llegó a sostener Krishnamurti, que en los últimos años de su vida mantuvo largas conversaciones con destacados científicos.

Le pregunté al respecto al doctor Tallón, que desde muy joven estuvo interesado por todo lo relacionado en el ser humano con la esfera del sistema nervioso, y también por el despertar de la consciencia. Lo importante de un científico que se aproxima a estos aspectos del autodesarrollo y del despertar de la consciencia no es solamente que tenga sólidos conocimientos científicos, sino también de crecimiento interior, como es el caso del doctor Tallón. Me sentí halagado cuando, cenando en su casa, me mostró su tesis, hace tantos años trabajada, que era sobre los nervios del corazón. Su interés, pues, por la neurología viene de muy atrás, así como el que tiene sobre la posibilidad de la evolución y acrecentamiento de la consciencia y el despertar interior. En suma, que Krishnamurti y él hubieran hecho una buena pareja para indagar en realidades que seguramente son más reales que lo que por más real tenemos.

Cada día ponen más en evidencia, los rigurosos estudios científicos, que la meditación desarrolla «una nueva red neuronal en la que hay mayor consciencia de uno mismo y del presente y menos ensoñación». Es indudable que en la historia del yoga ha sido una constante el intento de suspender o inhibir el pensamiento, ya que así eclosiona un tipo especial de energía psíquica liberadora que de otro modo queda encapsulada o larvada. Pero, por fortuna, lo que de momento ningún científico puede hacer es radiografiar o hacer una resonancia del grado de madurez de la persona y su nivel de despertar de la consciencia y comprensión profunda. O sea, que no hay rayos X para el alma y que todavía el Ser o No Ser no es “radiografiable”. Empero, todos estos estudios e investigaciones de tipo científico, aun con sus limitaciones, ayudan a que el que duda por sistema y es un escéptico irracional, que hay muchos, pueda cuestionarse algunos asuntos. Claro que, a la postre, lo ideal es la práctica y la propia experiencia. Que ya decía Buda una y otra vez que por la propia experiencia comprobemos lo que nos ayuda y es provechoso, y lo incorporemos a nuestras vidas espirituales y descartemos todo lo demás.

Cuando cesa la actividad en Benarés, tras un día de sumo bullicio, uno, frente a la corriente del río más sagrado del mundo, puede sentirse conectado consigo mismo y con el Cosmos. Y en esas noches silentes, a veces implacablemente picado por los mosquitos, mientras escucho los últimos cánticos sagrados, trato de “colapsar” el pensamiento y poder hallar refugio en su origen, donde hay quietud. Valoro el pensamiento en su justo medio, como herramienta sabiamente utilizada, pero siempre he sabido, desde mi inquietante adolescencia, que el pensamiento en sí mismo no ha solucionado los gravísimos problemas que aquejan a la humanidad, ni ha sido capaz de que el corazón del ser humano sea menos cruel y más tierno. Es evidente su estrepitoso fracaso en cuanto a hacernos más cooperantes y amorosos. Siendo así, ¿cómo uno no se rinde a la evidencia y se da cuenta de que hay que ir a otra forma de ver, sentir, percibir y actuar? El pensamiento, cuando no se trata del recto y debido pensar, se torna sumamente brutal, competitivo, cruel, egocéntrico, ávido y saturado de odio. Da pavor comprobar hasta qué punto la humanidad se ha servido de ese pensamiento egocéntrico y voraz en lugar de desarrollar un discernimiento claro y una sabiduría que nos induzca al noble arte de vivir.

En uno de nuestros últimos encuentros, seguramente el penúltimo, pues todavía no he vuelto a verlo desde que estuve enfermo, Sibananda me hizo el mejor de los obsequios:

me entregó un cuaderno con tapas de hule en el que había ido escribiendo sus impresiones para que yo lo conservase. Comparto con el lector algunas de sus sabias palabras, muy inspiradoras para la época en la que vivimos, donde aunque siempre estamos hablando de un renacimiento de la consciencia, la mente sigue nublada y el corazón endurecido. Adelanto ya al lector que cuando estuve tan gravemente enfermo, desahuciado, él tuvo noticias de ello y estuvo meditando por mi recuperación. Todo el tiempo que pasé en el hospital, me acompañó un cuadró que Luisa dejó frente a mi cama, y donde había tres fotos: la de Sibananda, la de Muktananda y la de Ramana Maharshi, esta última aportada por Ignacio Fagalde. El cuadró estaba frente a mí. O sea, que cada vez que abría los ojos me encontraba con el rostro amable de estos mentores. Hoy el cuadró está en el lugar más visible del salón de mi casa. Cuando se ha estado realmente al borde de la muerte y se ha vivido en *pre-bardo* o estado intermedio, no hay que olvidar ese importante suceso e instrumentalizarlo para ser, de algún modo, iniciado por él a otro espacio de consciencia y de ser, y poder degustar la sabiduría propia de los adeptos, que mataron la muerte al conectar con la esencia del Todo.

Nuestro abrazo de despedida es profundo, un abrazo no solo de cuerpo a cuerpo, sino de ser a ser.

Cojo el tren en la caótica, bulliciosa y a menudo escenario de paseantes ratas, estación de Benarés. Un grupo de *sadhús* y otro de eunucos se encaraman al tren, así como otro de militares. Por suerte, me ha tocado la litera de arriba, yo la prefiero, aunque el aire acondicionado allí es letal. Pero me abrigo tanto como puedo y, ya extendido, a la espera de que transcurran las quince horas de tren que me esperan, abro el libro cuaderno de tapas de hule rojas en las que Sibananda ha ido recogiendo impresiones para mí, día a día, sin ninguna pretensión, con su habitual fluidez y naturalidad. Se titula *El misterio del planeta* y lo ha escrito a mano, en inglés. Enciendo la lamparilla de mi litera y me paso horas leyendo esos preciosos pensamientos, que reflejan incluso una gran sensibilidad poética.

«La vida es como una marea que sube y baja. Permanece tranquilo. No te adormezcas. Despierta. Trabaja con amor. La vida es breve. Mira hacia delante. El día está muy cerca. La muerte es la hermana del sueño. No hay tiempo que perder. El camino verdadero de la vida consiste en amar a los otros, creer en los otros, ser amigo de todos. Respeta a los demás. Lo principal es la paz más el amor. Nadie puede adquirir estas dos cualidades ni con todo el dinero del mundo. Siempre nos gusta arroparnos con buenas prendas, usar perfumes, alardear ante los otros como diciendo: “¿Ves lo que soy?”. Pero la gente no piensa cuán sucia puede llegar a estar en su

interior. Estamos llenos de orgullo, odio, celos. Y no piensan que algún día este cuerpo bien vestido o maquillado se irá a la tumba. Tenemos muy poco tiempo. Pero en este poco tiempo tenemos que hacer algo que merezca la pena. No comprendo por qué la gente está tan orgullosa de sí misma. Venimos y nos vamos. Lo importante es lo que hayamos hecho de positivo por los otros. Este mundo es un enorme escenario: somos los actores y estamos representando nuestro papel. Cuando la obra termine, volveremos a nuestro hogar. El alma es el conductor y el cuerpo es el coche. Si no existe el amor y el respeto, la vida es salvaje. Nuestra vida es como una gota de rocío. En el invierno muchas gotas de rocío se forman en la tierra, pero cuando el sol despunta, la gota de rocío se desvanece y así es nuestra vida humana. Nadie sabe cuándo el alma saldrá del cuerpo ni qué pasará después. Este lujoso cuerpo será enterrado o incinerado y se corromperá. Por lo tanto, tenemos que hacer algo por los otros».

Los eunucos pasan de aquí para allá armando un gran guirigay. Compro una taza de té y unas galletas con una dulcísima crema de fresa entre galleta y galleta. Suena el silbato del convoy con insistencia. Sigo leyendo y leyendo:

«El planeta es un gran misterio. Muchas preguntas, pero ninguna respuesta. El mundo es la gran pregunta. Nadie sabe quién nos envió a este mundo ni quién nos arrebató de él. Recuerda siempre que podemos morir en cualquier instante. La muerte es lo más real, pero la gente le tiene mucho miedo. Bailamos siempre de acuerdo con la voluntad del Absoluto, pero no lo comprendemos».

Saboreando las galletas y reflexionando. ¿Quién hubiera podido pensar que tres años después se le anunciaría a Baba que yo me estaba muriendo? Cerré los ojos y me relajé con el ruido del traqueteo apaciguador del tren, que iba muy lento, en la noche oscura. Recordé mi época de adolescente atormentado, en busca de respuestas a preguntas que la mente ordinaria no puede responder. Esas preguntas me impulsaron a emprender mi largo itinerario espiritual. Hubiera podido llevar una vida mucho más desentendida y divertida, más vacua, exenta de tentativas por hallar respuestas y sin la necesidad imperiosa de comprender y encontrar la paz interior. Se baja numerosas veces al infierno, y lo importante es al menos emerger un poco más lúcido y humanizado, siempre tratando de poner los medios para que irrumpa algo de sabiduría. En este itinerario, muchas veces fallan las fuerzas y las esperanzas, pero a través de la meditación uno logra liberar energía larvada que nos puede ayudar y alentar.

Abrí los ojos y seguí leyendo:

«Recuerda siempre que estamos en este mundo durante solo unos días; antes de dejarlo haz algo por ti y por los otros. Este mundo es una posada. Algunos días descansamos en la posada; después dejaremos nuestro hogar. Solo dejamos aquí nuestras acciones. Que sean nobles y de ayuda. Hay muchos ríos en este mundo, pero todos deben llegar al océano, que es el final de los ríos. Todos retornamos al mismo lugar».

Cierro de nuevo los ojos. El tren discurre por la enorme planicie de la India. Cada vez que se detiene, entra en los vagones un tropel de vendedores de refrescos, patatas fritas y bolsitas de lentejas fritas, por cierto muy sabrosas, todo un vicio. En los ojos de mi imaginación veo los traslúcidos, ambarinos, hermosos y sonrientes de Babaji. Él siempre dice: «La risa es lo mejor de la vida. A mí me gusta mucho. Le pido a todo el mundo que intente ser feliz con la ayuda de la risa».

No tiene nada material, pero su risa es la más confortadora y contagiosa del mundo. Nada posee, pero lo tiene todo, porque se posee a sí mismo.

15. En busca del silencio de la mente

Se cuenta que cuando una maestra estaba al borde de la muerte, sus discípulos, desconsolados, la rodearon y le instaron a que les diera un último consejo. La buena mujer les dijo: «Estad siempre serenos, serenos, serenos».

Patañjali: «Yoga es la inhibición de los pensamientos». Sabiduría hindú: «Cuando el pensamiento cesa se revela la luz del Ser». Chidananda en comunicación personal: «El silencio de la mente es muy importante como medio para que eclosione su energía de sabiduría». Los Salmos: «Permanece quieto y sabe que yo soy Dios». Amrtabindu: «La mente es para el hombre la causa de su esclavitud y su liberación». En el *Ashtavakra Gita*: «De insondable inteligencia, sin agitaciones, imperturbable, tal eres tú». *Yoga-Vasishtha*: «Ve y zambúllete en el sereno mar de la soledad espiritual y lava tu alma en el néctar de la meditación ambrosiaca». En el *Samyutta Nikaya*: «El sabio es un lago». El maestro zen: «¿Y quién te ata si no tu propia mente?». Para Ramana Maharshi: «El Sí-mismo existe sin mente»; para Muktananda: «Cuando la mente se libera de pensamientos por completo, la luz del Ser eclosiona espontáneamente, porque el Sí-mismo existe más allá de la mente». Y para Nisargadatta: «Es la mente la que está inerte o agitada, pero no tú».

La conquista de la mente serena ha sido una constante en la sabiduría de Oriente. De hecho, escribí, con otros autores, un libro con este título. Incluso en el verdadero *hatha-yoga*, y no en esos *hatha-yoga* desnaturalizados que no son tal, todas las técnicas tienen por objeto no solo estimular la salud o la longevidad (el cuerpo hay que soltarlo, por lo que hay que cuidarlo sin apego, pero no rendirle culto), sino otorgarle paz a la mente. Mediante la paz mental, surge la claridad (como cuando las aguas turbias de un lago se apaciguan y se tornan traslúcidas), y mediante la claridad, la lucidez, y mediante la lucidez, la sabiduría o entendimiento correcto y penetrativo. Desde que comencé a leer libros de yoga a los dieciséis años, ya me percaté de que esta disciplina muy a menudo se

relacionaba con la quietud interior, para que de ese modo el aspirante vaya escuchando la voz de otra realidad que esconde la mente ordinaria.

Y dos viajes por realizar por el subcontinente indio: uno de ellos con Luisa, César Vega y Carlos Campo, por el norte, en busca del sosiego de la mente en el bullicioso mundo de la India, y el otro por Tamil Nadu, a la búsqueda de mujeres que han ganado celebridad porque su sola presencia inhibe el pensamiento y hace espontáneo el zambullirse en uno mismo.

Tras haber viajado por muchos lugares del norte del país, llegamos finalmente a la preciosa ciudad medieval de Orchha, que cada vez que la visito me resulta más encantadora y donde suelo meditar al otro lado del río. Hemos llegado el día del festival de Krishna, así que por la noche, una de benigna temperatura, nos sentamos con un inmenso grupo de *sadhus* (mujeres y hombres) a las puertas del templo de Krishna para unirnos a sus cantos, plegarias y mantras. Huele a sándalo y a *ganja*, a sudor y almizcle. De repente, unos peregrinos se ponen a danzar y otros a dar palmas cantando fervorosamente en honor de Krishna, aquel que tenía como amante a Radha y que no dudaba en perseguir lúbricamente a las *gopi* o pastoras. Hay que celebrar la vida. Ya que uno está en la cenagosa ruta del *samsara*; celebrar la vida, desarrollar contento, poner entusiasmo en cada momento, abrir la mente al Divino y confiar en tiempos mejores, aunque no lleguen. Incluso yo doy un salto y me pongo a danzar, como hiciera Shiva Nataraja para crear y recrear los vastos espacios siderales. Y después, entre cientos de cuerpos, apretujado, casi inmovilizado, la visita al icono del templo, y más cánticos, y luego a pasar las manos por encima del fuego de la palmatoria sagrada y a llevarse la energía divina a la cabeza, con las palmas, para impregnarse del poder del Hacedor.

Al día siguiente nos reunimos con Dilip Goswami, que vive cerca, en Jhansi, la capital del estado. Dejadme, amigos lectores, deciros algo sobre el apacible y solícito Dilip Goswami. No solo es una bella persona, que ya no es poco en los tiempos que corren, sino un extraordinario *hatha-yogui* y una persona muy versada en los aforismos de Patañjali, tanto que cuando le organicé un taller para hablarnos de yoga tuve que pedirle que bajara el nivel de su exposición. Está casado con una española y fue durante años profesor en Barcelona de un centro que abrieron Ignacio Fagalde y Simon Mundy. Vive hace una década en la India. El caso es que me había hablado tantas veces de su maestro, Ramacharya, que al final me dejé tentar para ir a visitarlo.

Tiene un *ashram* en el campo, en las afueras de una localidad llamada Orai. Dilip lo ha preparado todo para un día de excursión. Ha alquilado un monovolumen y, pronto, por la mañana partimos hacia Orai. Me encanta el campo de la India y, a pesar de sus indudables riesgos y de haber visto terribles accidentes, me gusta la carretera, porque te permite ir contemplando la vida del campo y de la misma carretera, donde te encuentras con rebaños de cabras y ovejas, manadas de búfalos o camellos, algún que otro elefante amaestrado, carretas de bueyes y corrillos de lugareños charlando al borde de la calzada. A lo lejos se divisa a los sufridos campesinos arando el campo como en la época de Cristo y a las mujeres que caminan muy erguidas con el cántaro en la cabeza. Tanto me apasiona el devenir cotidiano de la India que a lo largo de años he ido publicando no pocos libros sobre este país que rompe todas las estructuras lógicas de la mente; libros como *Viaje espiritual a la India*, *A través de la India eterna*, *La India que amo*, *Cien viajes al corazón de la India*, *En busca de las fuentes del Ganges*, y otros.

La vida es una paradoja. La Búsqueda misma es una paradoja. ¿Qué mayor paradoja que la propia mente tenga que buscar el modo de “suicidarse” para que pueda surgir la mente nueva y penetrativa que reporta Sabiduría? Nacer para morir no deja de ser una paradoja casi escalofriante, y buscar el ser que nunca hemos dejado de ser es la paradoja de las paradojas. Para apuntar a realidades que se nos escapan, los mentores se ven obligados a servirse de parábolas, símiles y paradojas. Como me comenta el doctor Antonio Tallón: «Paradojas, las divinas paradojas, las que hacen pensar y que contienen, y despiertan, destellos de la verdad». Y la India en sí misma es otra gran paradoja, donde como en ninguna parte del mundo se alternan lo más sublime y lo más tosco, lo más espiritual y lo más material. Como señala Forster en *Viaje a la India*, este país siempre le hace a uno enfrentarse consigo mismo.

Sentados en el suelo deleitamos la comida que nos han preparado en la casa de los padres de Dilip en Orai. Después de la comida volvemos al coche para ir hasta el terreno con una casita en la que vive Ramacharya. Primera sorpresa: tiene casi un siglo y aparenta sesenta años, es fuerte, pletórico, de complexión casi atlética, y viste con su túnica anaranjada. Debido a su edad tiene muchos recuerdos de la India británica, antes de la independencia del país. Segunda sorpresa: asegura que cuando se le cayeron los dientes le volvieron a nacer, como a la lagartija, que le nace la cola al cortársela, ¡y que dientes blancos y envidiables! Tercera sorpresa: vive rodeado de fieles y enormes mangostas, que son implacables con las serpientes, y así se siente defendido.

Nos sentamos en el apacible jardín y está preparado para que le haga todas las preguntas que crea oportunas. Le hago muchas, de todo tipo y sobre las distintas modalidades de yoga. Avanza que el *hatha-yoga* es muy importante, pero que hay que asociarlo al *raja-yoga*, para ir disipando la ignorancia de la mente. Se extiende sobre técnicas, siempre celosamente guardadas en la antigüedad, como el *khechhari-mudra* o el *vajroli-mudra*, esta última muy apreciada por los tántricos para poder controlar el esperma. Como he publicado mi tercera entrega de *El faquir (El manuscrito secreto del faquir)*, y en ella me refiero a la muerte consciente que utilizaban los faquires de la tradición rasayani, le pregunto por ella, y me dice: «Sí, hay yoguis que pueden hacerlo. Cuando un órgano de su cuerpo está irreversiblemente dañado, se producen a ellos mismos, conscientemente, la muerte orgánica y se desprenden del cuerpo. Es la muerte autoprovocada, pero solo la acometen cuando el cuerpo está deteriorado de forma irreparable. Se dice que algunos yoguis pueden incluso dejar su cuerpo y fundir su espíritu con un árbol o una montaña. Un yogui muy avanzado tiene grandes capacidades para operar sobre la materia, pero no solo sobre la materia o el cuerpo denso, sino también sobre la parte más sutil de la materia, sus energías o unidades subatómicas. El cuerpo está configurado por cinco elementos: tierra, agua, fuego, aire y éter. Estos elementos se han ido configurando de lo más sutil a lo más burdo. El *akasha* o éter es lo más sutil, pero en sucesivas frecuencias y combinaciones se van generando el aire, el fuego, el agua y la tierra. Así se conforma la solidificación de la materia y el cuerpo, con todos sus elementos toscos; pero algunos yoguis saben operar el lado sutil y conseguir manipular elementos cósmicos para lograr lo que llamaríamos determinados portentos, pero que son modos de saber operar sobre lo sutil».

Hablamos sobre la sexualidad y cómo en la recta final hacia *moksha* es un obstáculo, pero es que entonces todo lo es, pues hay que superar todo impedimento para alcanzar la emancipación total. Aclara: «Pero la renuncia no se puede forzar ni violentar, y vendrá de modo natural y automático, si tiene que venir; hay que evitar reprimir. Dominar los sentidos con violencia no es yoga. Es necesario practicar con tal asiduidad que los sentidos ya no se vayan tras lo que les place y apegan. Esta es la verdadera vía, que dará sus frutos».

Tras una conversación muy larga, donde le he “acribillado” con todo tipo de preguntas, nos invita a degustar pétalos de flores. Luego se levanta de golpe, casi gimnásticamente, y nos enseña su casita. Antes de despedirnos, me dice: «El yogui no

crea el Ser, sino que debe eliminar las trabas que impiden su eclosión; disipar los obstáculos que frustran la percepción directa y su reconocimiento».

Y ahí es donde interviene el *sadhana*. Y no es posible esa percepción, salvo en casos muy raros, sin un disciplinado *sadhana* para eliminar los oscurecimientos de la mente. Nunca entenderé como Krishnamurti con su lucidez no pudo verlo. Lo vieron todos los grandes de la antigüedad: Buda, Mahavira, Shankaracharya, y tantos otros. Sin *sadhana*, el objetivo espiritual, *moksha*, es un sueño irrealizable.

Me alegra mucho haber conocido a este yogui, tenga la edad que tenga, porque los indios son tan imprecisos en las fechas como en darte la dirección correcta cuando les preguntas por una calle, pues si no lo saben, nunca asumen que no lo saben, ya que hacerlo les parece de mala educación, así que te sueltan lo que les viene en gana. Ramacharya me ha parecido muy riguroso y sabio, y además se capta cuando alguien habla por propia experiencia. Y no necesita ir a darse el pisto emprendiendo giras mundiales y tratando de conectar con líderes políticos o banqueros. Gracias por existir como verdadero yogui, *swami* Ramacharya.

Y de nuevo en el monovolumen, cruzando los confortadores campos de la India y dejando la mirada en esos cultivos que calman el espíritu. Y conversando con Dilip, quien me dice: «La meditación es un estado. Se ponen los medios para que el estado se presente. El método es el instrumento para establecerse en ese estado. En esta aventura del espíritu que representa el camino hacia la fuente o *Chidakash* (lo que está más allá del éter, denominado por los hindúes el autoser o autoencendido, lo autocreado), hay que emprender la senda a la inversa, revertir el viaje. Fue de lo más sutil a lo más denso y ahora debe ser de lo denso a lo más sutil. Se trata de irse desidentificando de lo más denso para desplazarse a lo más sutil, hacia la fuente de donde todo brota. Para llegar al Absoluto, que está desprovisto de cualidades, se requiere necesariamente la experiencia interna, más allá de lo mental y de las dualidades».

Y hablamos larga y profundamente sobre el *samkhya*, la sustancia primordial y el Sí-mismo, y también de la deidad del yoga teísta, que es *Ishwara*, en palabras de Dilip, «la piedra angular alrededor de la cual gira todo elemento, y la misma palabra es una técnica de espiritualidad que nos facilita la aproximación al estado del propio *Ishwara*. Mediante la entrega incondicional a *Ishwara* se puede conseguir también el *samadhi*, la experiencia de la liberación. La meta es lograr *kaivalya* (“aislamiento”, “emancipación” o “liberación”), y así sustraerse a la rueda del nacimiento y de la muerte. *Kaivalya* es que

se aísla el Sí-mismo de la naturaleza primaria o sustancia primordial, y se obtiene la definitiva liberación en vida. Para entender el estado real de *Ishwara* hace falta la experiencia del yoga, y si experimentamos ese estado, aunque sea el instante más fugaz, seremos *Ishwara*.

Dilip nos despide con un gran abrazo en la estación de ferrocarril de Jhansi y partimos para Benarés. Y allí nos adentramos en las aguas del Ganges, por el que he hecho largos recorridos en barca con motor. Dos barqueros muy amables conducen la barca hasta el mismo centro del río. Pasan los abultados restos de un búfalo. El agua es cenagosa. El sol se refleja en esa serpiente oscura. De repente, siento en lo más profundo el llamado de Shiva, la atracción de esas aguas que incluso apasionaban al emperador Akbar hasta la obsesión, y me quito la ropa, quedándome en calzoncillos, doy un salto casi olímpico (la fuerza que me infunde la Madre Ganga) y me zambullo una y otra vez en esas aguas tan contaminadas en las que, como dijo Mark Twain, con su habitual y ácido humor, ni siquiera pueden sobrevivir las bacterias. Los barqueros me dicen, alarmados, que no trague agua, pero allí estoy yo como una fuente desparramando chorros de agua por mi boca. Y como ya decían nuestras abuelas: «si está de Dios...». Pues de Dios estaba que saliera indemne y de Dios estaba que tres años después una bacteria gustase de hallar refugio en mi cerebelo y ponerme patas arriba.

De vuelta a España intensifico la práctica del yoga. Uno va cogiendo años y hay que redoblar los esfuerzos. Si no se muere en el intento, se muere uno sin intentarlo, que es mucho peor. He conocido a grandes gurús que en cuanto la vida les empezó a ser plácida porque tenían de todo en superabundancia se olvidaron del *hatha-yoga* que tanto recomendaban y se tornaron muy obesos, su columna se volvió patológicamente rígida, enfermaron de diabetes y se volvieron muy perezosos. Claro que nadie crea que el yoga es una garantía de longevidad y que el cuerpo no va a decaer.

Me contaron que cuando yo estaba en la UCI, una de las enfermeras, muy ignorante en el tema, dijo refiriéndose a mí (que era en esos momentos una calamidad): «Mucho yoga, pero mira cómo está». No, el yoga no es para aferrarnos al cuerpo, y ningún yogui aspira a la longevidad por la longevidad misma, sino porque así puede contar con más tiempo para ganar *moksha*. Ananda, el primo de Buda y su asistente personal, necesitó llegar a una edad muy avanzada. El yoga es una actitud de vida, que se forja con unas instrucciones y métodos, ante la enfermedad y ante la salud, el encuentro o el

desencuentro, la victoria o la derrota. Invita a la humildad, y los yoguis saben que en cualquier momento una ameba, un virus o una bacteria llegan y te quitan la vida sin que puedas rechistar.

Era mi buen y recordado amigo el doctor Vicente Ortuño (que investigó en Estados Unidos sobre yoguis con todo tipo de pruebas neurológicas) el que me contaba con humor agridulce: «Y cuando estoy comiendo y veo la cuchara, me digo a mí mismo: “¡Y pensar que esta desgraciada me sobrevivirá!”». Nos gustaba hablar sobre la consciencia y su evolución. Yo, bromeando, le preguntaba si había un agujero negro en el cerebro para pasar a otro plano del ser. Ha muerto. Nadie escapa a la decadencia del cuerpo en la que tanto insistió Buda. Es extraño que Krishnamurti se sorprendiera porque llegó a padecer, entre otras dolencias, diabetes, acusado temblor de manos, otros trastornos y finalmente cáncer, a pesar de lo mucho que se había cuidado. Más se cuidó Buda y murió de disentería, tan debilitado que cuando viajaba caminando hacia Kusunagara, donde murió, tenía que irse apoyando en los árboles, pidiéndole a Ananda que no fuera tan deprisa, y seguramente haciendo de vientre a cada momento, como cualquier mortal en esas condiciones.

Aprovecho para decir que en Kusunagara, no lejos de la planicie nepalí, he pasado días de gran plenitud. A una hora de automóvil se encuentra el templo de Gorakhnath, el gran yogui-alquimista de la India, rico en poderes psíquicos, aunque ningún yogui verdadero los busca. Buda siempre desaconsejó proponerse poderes psíquicos. Hay un pasaje significativo y es aquel que nos informa a propósito de un asceta que llegó a Buda y le dijo: «Señor, después de muchos años de mortificaciones y penitencias, por fin he logrado caminar sobre las aguas». Y Buda exclamó: «¡Qué lástima de tiempo perdido habiendo barcas!». Así era Buda, no se andaba con pamplinas ni placebos.

Las junglas urbanas son agresivas, estresantes, contaminantes por fuera y por dentro. De vez en cuando hay que salir de ellas. ¿Y dónde voy yo más a menudo que a la India? Organicé otro viaje con Luisa y Carlos Campo. Así que de nuevo, meses después, en el escenario bullicioso, congestivo, caótico (ese caos organizado de la India muchas veces mejor que la organización enmarañada de Occidente) de la Madre India, y esta vez para recorrer en lo posible hasta el último rincón el Estado de Tamil Nadu, por carretera, incluso llegando hasta el cabo Comorín, Kanya Kumari, donde le gustaba meditar a *swami* Vivekananda. Una vez más iba a la caza de lugares considerados centros de poder

para acallar la mente y ensimismarse. Y una vez más pretendía disfrutar del viaje abierto a todo lo imprevisible, la sorpresa y las vicisitudes que alertan la consciencia y te curten en ecuanimidad.

En Madrás hay también barrios de una miseria tan desgarradora que uno piensa lo mal que tiene que ir la humanidad para que esto siga existiendo. Entré en uno de estos barrios y encontré a personas que viven muy por debajo del nivel de la miseria, y sin embargo son hospitalarias y cariñosas. Y desde aquí me fui a pasear por los impresionantes y reconfortantes terrenos de la Sociedad Teosófica, en Adyar, junto al río, que ya había visitado muchos años antes para entrevistar al entonces presidente, el señor Olcott. Me recogí un rato en mí mismo ante el gran baniano por el que pasaron Blavatsky, Olcott, Annie Besant y el mismo Krishnamurti. Visité el edificio en el que el controvertido Leadbeater realizaba sus extravagantes rituales alentando la Iglesia que él había creado, y volví a ver en el pequeño museo los interesantes manuscritos de obras esotéricas y espirituales. Escribí previamente a la actual presidente y secretaria, muy amable, para que nos permitieran ir de aquí para allá por todo el enorme conjunto de la Sociedad Teosófica. Con edad muy avanzada y ya enfermo, Krishnamurti volvió unos días, tras décadas, a este recoleto paraje, que es un remanso de paz en la ajetreada Madrás.

Antes de partir de la ciudad aproveché para visitar todos los lugares que se relacionan con santo Tomás, el discípulo de Jesús: donde predicó, donde se le dio martirio y fue asesinado, donde se le enterró. También visité la Casa de Hielo convertida en museo de Vivekananda, y donde hay una grata sala para sentarse en meditación profunda. Pero mi mayor interés es visitar los pueblos, y en pocos kilómetros degustar la India rural, la más auténtica. No obstante, esta vez no quise dejar de pasar unas horas en el *ashram* de Krishnamurti, donde está su habitación, y donde reina un reconfortante silencio. Recordé aquel “proceso psicológico”, entre otros que padeció Krishnamurti, en el que experimentó temblores epilépticos, fuertes dolores físicos y manifestaciones muy diversas de las energías, que acababan comportándole a veces trastornos de la personalidad y sufrimiento psíquico. Eran las visitas de lo Otro que fluía por él y que a él mismo lo llenaban de incertidumbres. No fue fácil la vida de Krishnamurti, aunque estuviera rodeado de lujos. Es casi una vida de novela. Lo inexplicable —así se enreda todo lo fenoménico— es que una persona que hizo tanto para ser independiente (saliéndose intrépidamente de la Orden de la Estrella y renunciando al “cargo” de Maitreya), se dejara luego encadenar por los líos, entramados, infinidad de problemas

que le afectaron, y hasta juicios, con sus fundaciones y los que las regentaban. Y eso que sentía profunda alergia por todo lo instituido y señalaba que todo poder es putrescible. Cuesta creer que se metiera en ese atolladero del que no lograba salir año tras año.

Al atardecer abandoné el *ashram*, pues al día siguiente partíamos para el largo recorrido por Tamil Nadu, un estado donde todo es interesante y hermoso, con los templos más colosales del territorio indio. La noche antes de partir hacia Pondicherry, mientras estaba en el hotel durmiendo, me despertó un gran estruendo de címbalos, cánticos y gritos. Me vestí y salí a la calle buscando de dónde procedía ese griterío. Vi que era de un templo hindú cercano al hotel, donde se apiñaban infinidad de fieles y donde había mujeres que caían una tras otra en trance, con pequeños ataques epilépticos, y hombres que se atravesaban las lenguas con estiletes, aunque no pocos recurrían al truco y lo simulaban infinitamente peor que cualquier ilusionista occidental. Pero los que entraban en falso trance sugestionaban a los otros, que también caían en trance. Ya he tenido ocasión de encontrarme con hechiceros en las montañas de la India y ver estos espectáculos que tanto sobrecogen a las gentes sencillas, que más se inclinan por la superstición que por las enseñanzas. Y así estábamos, entre cánticos, danzas de estilo chamánico, muertes y resurrecciones iniciáticas que convierten a los aspirantes en adeptos, y trances por doquier hasta la madrugada, en un santuario que es una mezcla de hinduismo, hechicería, animismo y a saber qué más, porque todo cabe en esa avidez religiosa del hindú y porque estas prácticas son las que mueven el ánimo de los devotos comunes, que nunca han oído hablar de las *Upanishads* y que quieren conciliarse con las fuerzas del mundo invisible y pedirles ayuda para una vida tan difícil, donde la mayor proeza consiste en poder sobrevivir día a día.

He vuelto a recalar un par de noches en Pondicherry, que cada vez recuerda más a un tinglado híbrido y que cada vez se aparta más sin duda de las intenciones de Aurobindo, al que tanto leí durante los años de mi juventud. Él no hubiera estado de acuerdo, supongo, con lo que en su nombre se organiza, empezando por la ineficiente e inútil Auroville. Las enseñanzas de Aurobindo son en sí mismas de una gran altura, pero pocas personas han quedado, si alguna lo ha hecho, que las explique con el amor y la minuciosidad que se merecen.

Llego a Tiruvannamalai, y tras volver a visitar el colosal templo shaiva que hay en esta polvorienta y bulliciosa localidad sureña (donde medito en las salas en las que

estuviera Ramana Maharshi), parto para el *ashram*, donde pasaré tres días meditando en las cuevas donde mora el Sabio del Silencio en la sagrada montaña de Arunachala. Muchos años atrás hice posible que mi buena amiga y editora durante muchos años Pilar Llanes, de Editorial Sirio, publicase la *Ramana Gita*, traducida por Simon Mundy, quien también preparó conmigo *Los aforismos de Ramana*, después de haber escrito yo una pequeña biografía de un hombre sin mácula al que admiré desde muy joven y cuyas enseñanzas nunca he dejado de leer y releer. Cuando visité por primera vez el *ashram*, muy pocas personas se dejaban caer por estas latitudes de la India, incluidos los indios, pero en la actualidad hay meses en los que hay multitudes de indios y occidentales. Tiruvannamalai se ha convertido en un foco de espiritualidad, y cuando eso sucede, es inevitable que se extienda la pseudoespiritualidad, o que algunos se aprovechen del incauto fervor ajeno para lucrarse.

He asistido en Tiruvannamalai al *darshan* que imparten dos mujeres y al que acuden, sobre todo, muchos occidentales. Me refiero a Aum Amma (no debe confundirse con Mata Amritanandamayi, llamada Amma, que nunca me ha despertado el menor interés o inclinación) y a Shiva-Shakti.

Visito a Aum Amma en las afueras de Tiruvannamalai, en una casita modesta pero grata en el campo. No tengo cita previa ni es la hora del *darshan*. La cuida un *swami* realmente simpático y encantador, que hace posible que Aum Amma nos reciba a Luisa, Carlos y a mí. Va dedicando unos minutos, sin prisa, a cada uno de nosotros: nos abraza, nos besa, nos invita a que la besemos, nos acaricia con infinita ternura, y no me importa qué hay o no hay detrás de esta mujer, porque despliega tal energía de ternura materna que se te llenan los ojos de lágrimas y te sientes invadido por una corriente de profundo cariño. No habla. Solo ese íntimo contacto físico, tan fuera de la ortodoxia hindú. La he besado en la frente, las mejillas, las sienes, nos hemos abrazado largamente, me ha acariciado la cabeza y me ha colocado un rato sobre su regazo. No entro a indagar en los entresijos de la actuación de esta mujer. Me ha hecho vivir un momento de ternura profunda y de plenitud.

Asistimos tres veces al *darshan* de Shiva-Shakti, en una sala amplia que está al lado de donde vive. Unos minutos antes de que venga la mujer, todos estamos sentados en meditación. Es una mujer de edad, pero no avanzada. Entra en la sala silentemente, caminando como si flotara. Va paseando muy despacio entre los congregados, se detiene

a cada momento y va mirando con gran fijeza a uno y a otro. Así procede durante veinte minutos y se crea una atmósfera de gran quietud.

No niego que con estas mujeres también yo me he sentido invadido por una nube de embriagadora quietud, pero estos estados, incluso cuando son muy intensos o de raptó, no transforman por completo; te dan un “toque”, te ayudan a interiorizarte, pero no tienen capacidad para favorecer la honda transformación que se requiere en la senda hacia el despertar. Hay aspirantes que incluso se vuelven adictos a estos estados pasajeros y de poco alcance, que son mejor que nada, obviamente, pero que se pueden tornar en un gran obstáculo en la Búsqueda si te quedas detenido o extasiado en ellos y no sigues trabajando sobre ti mismo y tratando de desenraizar las negatividades de la mente, pues estos ensimismamientos sedan, recogen, resultan gratos e inspiradores, pero son insuficientes. ¡Cuántos de ellos no habré experimentado, tanto en la India como en otros países!, pero aunque podamos tomarlos como “un toque del Ser”, no modifican las estructuras mentales, ni eliminan lo peor del carácter, ni establecen a la persona en un “ángulo de quietud, ecuanimidad y sabiduría” que pueda mantener en la vida cotidiana. Ayudan para seguir con el implacable trabajo interior, son beatíficos, pero no son realmente transformadores.

Muchos maestros previenen contra el apego a estos estados de abstracción, que no solo se obtienen en el *darshan*, sino en muchas ocasiones en la vida diaria, sea a través de la vía espiritual y la meditación, o de la vía estética, la de la conexión con la naturaleza o incluso la erótica. Está bien dar la bienvenida a estos gratos estados del “alma”, pero sin adicción ni apego y con la certeza de que si nos detienen en la búsqueda interior y el trabajo interno pueden tornarse hasta graves obstáculos, máxime si se desencadena apego al que ayuda con su presencia a desencadenar esos estados. Como muchos aspirantes quieren evitarse el diezmo que se paga a la Búsqueda, ponen su centro en el mentor y dejan de gravitar en ellos mismos, quitándose así la responsabilidad de trabajar por uno mismo y desoyendo la admonición de Buda: «¡Levantaos! ¡Incorporaos! Preparad sin desmayo vuestra paz mental».

16. La ruta de Buda

Llevaba años intentando hacer un viaje con el periodista y poeta Jesús Fonseca a la India. Él ha prologado y presentado muchos de mis libros y siempre se ha desvivido por promocionar mis actividades literarias y profesionales. Es un magnífico gacetillero; sus gacetillas son únicas, porque están cargadas de humanidad, humanismo, ética y espiritualidad. Es una persona muy polifacética, interesada por todas las sabidurías genuinas. Y el caso es que me lo iba a llevar de compañero de fatigas de un viaje nada fácil, porque nos íbamos a salir de los circuitos turísticos, a soportar alojamientos sórdidos, a pasar noches en tren y a tener que soportar, eso no lo teníamos previsto, una atroz huelga de ferrocarriles. Él ya conocía la India, pero iba a tener ocasión directa y testimonial de conocer este país a través de mí, y no son pocos los amigos que tras un viaje demasiado fuerte no han vuelto a acompañarme por esas tierras.

Si me preguntaran mi opinión sobre uno de los hombres más lúcidos de todas las épocas y latitudes, tendría que decir que Buda, sin duda alguna, se esté o no de acuerdo con sus enseñanzas. Era un verdadero médico del alma, sin creer en el alma: paradoja extraordinaria. Diagnosticaba la enfermedad del ser humano y facilitaba los medios para superarla. ¿Quién, por malentendidos, ha dicho que Buda era nihilista o que solo veía el sufrimiento y resultaba pesimista o fatalista? Nadie como él ha creído en las potencialidades del ser humano, y sabía que lo que él logró consigo mismo lo puede obtener cualquiera que se lo proponga. Puede resultar demasiado voluntarista, pero él mismo ya señaló que una cosa es la senda del que elige la renuncia y otra muy diferente la de la persona de hogar.

No soy budista, aunque muchos lo crean. Soy universalista, creo en todo y en nada, trato de mantener la mente independiente y sé, sé bien, que los intermediarios entre los grandes maestros de mente realizada y los aspirantes son los que más adulteran y traicionan la verdadera Enseñanza. Claro que, como en el catolicismo, en ninguna otra tradición. Los papas han incorporado y quitado lo que de acuerdo con sus intereses

consideraban oportuno, con ese desatino y pretexto falaz de la inefabilidad, como si algún hombre pudiera poseerla. Cuando hablo de hinduismo, me siento hindú, y si hablo de budismo, me siento budista, y si hablo de taoísmo, taoísta, pero no soy ni una cosa ni la otra, porque el buen *gourmet* prueba de distintas cocinas y selecciona los alimentos más sabrosos y nutritivos, y trata de descartar los negativos. No es bueno aferrarse a una sola doctrina, porque en este caso sí que se cumple el adagio zen: «No hay mayor cosecha que no recolectar». Al final, ¿acaso uno no es su propia senda, su propio maestro, su propia luz? Aprovechemos todo lo que nos ayude a superar la neblina o *maya* de la mente y a esclarecernos y humanizarnos. Eso es inteligencia, y lo otro es dogmatismo, sectarismo y mezquindad. Cuando le pregunté hace muchos años al profesor Pio Filippani Ronconi a qué asirse, repuso terminante: «A usted». Gracias, profesor, fue un buen consejo.

Llegamos de madrugada a Delhi. Faltan unas horas para que salga el tren que nos conducirá a Benarés. Pues me llevo a Luisa y a Jesús a visitar el Laxminarayan Mandir, un templo de Nueva Delhi, enorme, muy apacible a esas primeras horas de la mañana. Es Navidad. Hace mucho frío. Primera prueba de ascesis: caminar por el templo un par de horas sobre un mármol gélido al despuntar el día. Ese mármol parece hielo. Están los *pujaris* preparando los distintos santuarios para las *pujas*. Gritan los monos; graznan los cuervos; nos invade el perfume de sándalo y de flores frescas. No hay que extremarse en la ascesis, y llevamos a desayunar a Jesús a un buen hotel de Delhi. Como si presintiera lo parca que va a ser la alimentación en días sucesivos, se toma un desayuno opíparo. ¿Será que su intuición le dice lo que le espera y que hay que sacarle provecho como sea a ese momento?

Jesús había ido otras veces, sí, a la India, pero nunca había viajado toda una noche en tren, en literas, dentro del caos subsiguiente. Una estación de tren india es el mayor espectáculo del mundo. Nada más entrar en el departamento, como duermo como un lirón en estos trenes, con su sedante traqueteo, me subí a la litera superior y me puse a relajarme para conciliar el sueño; pero Jesús no salía de su asombro ante el espectáculo que se ofrecía a su vista. Y encima le tocó una litera en el pasillo, o sea, no de las que al menos se ocultan un poco tras la raída y sucia cortinilla. Apenas durmió nada y de madrugada envió un sms a un amigo común, el profesor de yoga para gente mayor

Paulino Monje: «Aquí no hay quien pare y, sin embargo, Ramiro no deja de dormir», escribió. Debía tenerme sana envidia. Yo estaba en la gloria.

Al amanecer, el convoy cruzó el Ganges y dejó al lado derecho los cenotafios de los maharajás. Se divisaba desde la ventanilla la hilera de palacios, mansiones y templos, muchos de los edificios casi semirruinosos. Ya estábamos en la ciudad que a nadie deja impávido, en la ciudad que entusiasma a Luisa, y a la que acudimos años atrás cuando su padre (que era un hombre de una ética impresionante y encomiable) murió. Allí encontró confortamiento sentada horas y horas al lado de Baba Sibananda, mientras yo iba y venía escudriñando por las callejuelas detrás de los *ghats* y haciendo así gala de que soy “culo de mal asiento”, como me decía cariñosamente y bromeando Lal Baba.

Hubo muchos instantes emotivos e inolvidables durante los días que estuvimos en Benarés. El más intenso fue cuando Jesús Fonseca alquiló una barcaza para que lo llevara al centro mismo del río y allí depositó parte de las cenizas de su esposa Esther, muerta prematuramente. Después estuvimos hablando con Baba, quien dijo algo muy cierto: «Nada tan importante como el amor, pero es una flor que está en pocos jardines».

Callejamos mucho por la ciudad. Jesús se compró varios *kurtas* (camisas) muy llamativos. Visitamos las librerías de Álvaro Enterría, y una noche cenamos en su casa y tuvimos ocasión de disfrutar de la espectacular vista que se aprecia desde su terraza, donde los monos hacen de las suyas y hay que subir armado con un palo. Fue Álvaro Enterría, por cierto, quien prologó mi obra *Conversaciones con yoguis*, que muy pronto ha agotado la primera edición y ya se ha reeditado. Hicimos un largo recorrido por el Ganges, hasta Chunar, prácticamente toda una jornada. Asistimos a *pujas*, visitamos los bazares, vivimos los *aratis* del anochecer y estuvimos mucho tiempo en el Manikarnika Ghat, mientras contemplábamos extasiados y meditabundos las cremaciones.

Ya teníamos el coche para partir tras las huellas de Buda. Visitamos una vez más Sarnath, donde se dio el primer sermón, y ahora nos íbamos hacia Bodhi Gaya, donde Buda alcanzó la iluminación.

Nos alojamos en un hotel que es como un monasterio, saturado de monjes budistas de todos los países, pero de manera especial de lamas. El pueblo de Bodhi Gaya no puede ser más feo y destartalado, además de seco y polvoriento; pero el recinto en el que Buda halló la iluminación, el nirvana, alrededor del Árbol de la Iluminación, es un lugar sumamente grato, donde hay una energía muy especial, que te atrapa y te imanta.

Pasamos muchas horas en el recinto. El primer día había una descomunal concentración de lamas haciendo sus prolongadas *pujas*, recurriendo a guturales mantras, que se encadenan sin cesar, y a innumerables postraciones, que se tornan al final en un esforzado ejercicio físico, además de tener un carácter espiritual. Había altos lamas y muchos de los tenidos por reencarnaciones. Una buena parte de ellos dormían en el recinto al llegar la noche, otros meditaban sin descanso, algunos se metían en tiendas de campaña unipersonales, en las que uno permanece sentado en meditación, deduzco que tal vez para protegerse de los mosquitos y otros insectos.

Al anochecer, el lugar adquiere un carácter aún más especial. Sin duda, los que meditan con una actitud más inquebrantable y una posición corporal impecable son los monjes theravadines, sobre todo los de Sri Lanka. Algunos parecen verdaderas estatuas a lo largo de horas o incluso durante toda la jornada. Por las veredas en las que Buda realizaba la meditación deambulante, vemos hileras de monjes coreanos, japoneses o de otros países budistas practicantes de este tipo de meditación, que se combina por lo general con la meditación sentada y que exige movimientos muy lentos y la toma de consciencia de cada fase del pie al caminar. Aprendí directamente esta meditación del venerable Piyadassi Thera y he tenido ocasión de verla numerosas veces en los centros de meditación de Sri Lanka que siguen la tradición de Mahasi Syadaw o de otros grandes mentores.

En el recinto, muy cuidado y lleno de pequeñas estupas, uno se siente realmente en paz y puede abocarse más fácilmente en profunda meditación. No me extraña que de todos los lugares que Luisa conoce de Asia este sea su preferido y el que más añora. Mientras estábamos meditando, repicaban en mi mente las palabras de Buda tras haber alcanzado el nirvana: «Sometido yo mismo al nacimiento, envejecimiento, enfermedad, muerte, pena y contaminación; apreciando el peligro que se cierne sobre cuanto está sujeto a estas cosas; anhelando aquello que no está sometido a nacimiento, envejecimiento, enfermedad, muerte, pena ni contaminación, la suprema liberación, el nirvana, alcancé».

Visitamos las zonas de alrededor: aquella donde la compasiva Sujata dio un tazón de leche o de arroz con leche a Buda, cuando decidió romper el prolongado ayuno; o esas cuevas donde el mismo Buda emprendió la meditación en la que se propuso morir si no se iluminaba y que dejó su cuerpo esquelético, o esa otra cueva donde acostumbraba a meditar Nagarjuna y en cuyas laderas hay una legión inimaginable de mendigos,

lisiados, ciegos y niños pordioseros. También fuimos a Gaya a visitar el templo hindú y a recorrer entre piras el crematorio, cuyas cenizas se arrojan a un río seco y que no cuenta con el menor caudal. Y ahí se van acumulando, en esa especie de estercolero, los montones de los restos de los cadáveres, que me hacen pensar en las palabras de Buda: «¿No habéis visto nunca el cadáver de un hombre o una mujer, muerto de un día, o de dos, o de tres, hinchado, amoratado y putrefacto? Y viendo esto, a vosotros que ya sois mayores y no os falta el juicio, ¿no se os ha ocurrido pensar: “Yo también he de morir, no me libraré de la muerte, más vale que, mientras pueda, haga el bien de pensamiento, palabra y obra?».

Por carretera nos desplazamos de Bodhi Gaya a Rajgir, la antigua Rajagriha que tanto visitó Buda. Nos han dicho que hay un hotel japonés muy grato en el que se ofrecen baños calientes. Durante el trayecto de varias horas, Jesús, tras los días que llevamos de tren nocturno, hoteles muy parcos y largas rutas en automóvil, sueña con esos baños que van a hacer sus delicias, y con esa sabrosa comida japonesa que se anuncia, y con esas habitaciones al estilo japonés, placenteras, que él ha deleitado en Japón. Llegamos al hotel, que está en un silente paraje cerca de las montañas, a las afueras de la localidad. Su aspecto por fuera no es muy prometedor. Jesús va corriendo a recepción para anunciar que quiere enseguida darse un baño. Le contestan: «*Sir*, hace muchos meses que los baños no funcionan». Primera desilusión. Nos ofrecen si queremos una habitación al estilo japonés o al estilo occidental. Queremos verlas primero. Pues bien, las de estilo japonés son como las occidentales, pero con una diferencia solo: que en lugar de cama está el colchón en el suelo. Habitaciones a la india sin más. Segunda desilusión. Pero quedan las comidas: *sushi*, una buena sopa de verduras, y otros platos que saborear. ¡No hay ni un solo plato japonés en la carta y la comida es muy deficiente! Tercera desilusión. ¡Y aquí traen a los turistas japoneses, que peregrinan mucho por estas latitudes que hollaron los pies de Buda! Pero el destino no es tan implacable como parece. Esa noche salimos a dar una vuelta por los alrededores del hotel y llegamos a las puertas de un encantador monasterio tailandés. Entramos y nos incorporamos a la *puja* que están llevado a cabo los monjes tailandeses, muy simple, escueta, directa, la recitación de los *sutras*. También hay novicios de muy corta edad, y algunos no pueden evitar dejarse vencer por el sueño. Sus rostros exhalan belleza y paz.

Por las noches asistimos a las *pujas*. Nos invitan a un sabroso té tras éstas, en el jardín, con una temperatura muy grata para ser Navidad. A lo lejos, las montañas en las que

Buda habló a sus discípulos y donde todos meditaban. El abad del monasterio me insiste en que no deje de trasladar los principios y ejercicios de la meditación *vipassana* a los demás, porque es muy importante para limpiar la mente y desarrollar la visión de la realidad tal cual es y no tal cual la vemos o imaginamos. Es un hombre muy cordial y docto. El abad nos imparte *parittas*, es decir, bendiciones, que los budistas consideran que son un aporte de energía que favorece el desenvolvimiento espiritual y que protegen.

Hemos recorrido las distintas colinas de Rajgir. También estuvo por estas tierras Mahavira a lo largo de quince años, propagando la enseñanza de los jainas. Son cinco las colinas que rodean esta localidad tantas veces visitada por el Thatagata. En sus cuevas acampaban él y sus monjes durante la estación de las lluvias, evitando así matar a los muchos animalillos que surgen debido al monzón. Nadie ha demostrado tanto respeto por los animales y la vida en todas sus formas como los budistas. Fue Bertrand Russell quien dijo que si de alguna religión tuviera que hacerse se haría de la budista, porque es la única que a lo largo de la historia de la humanidad no ha derramado ni una gota de sangre en su nombre.

Paseamos por la ciudad, que es fea y destartalada, pero me imagino cómo sería cuando experimentó un gran florecimiento con la dinastía Gupta. Asistimos a un templo hindú donde los sacerdotes no dejan de atosigarte hasta la asfixia y reclamarte dinero. Hay allí un pozo de aguas muy sagradas en esa avidez de que todo sea sagrado de acuerdo con el hinduismo, en el que se apiñan decenas de cuerpos, dando un aspecto de extrema sordidez. Está en el ánimo de Jesús meterse en ese embudo maloliente, pero la rapiña insoportable de los sacerdotes nos hace desistir y huir del lugar espantados. En contrapartida, nos sentamos al atardecer en una de las cuevas en las que predicó Buda y experimentamos una reconfortante sensación de quietud. Y me vienen a la mente aquellas palabras del Bienaventurado que dicen: «Pero algunos que no tienen los ojos demasiado empañados sí podrán comprender la realidad».

Unos días después cogemos de nuevo el coche y recorremos la distancia que nos separa hasta la Universidad de Nalanda. La había visitado en 1972, pero me alegró mucho volver a estar en este lugar impresionante, con muy significativos restos arqueológicos y donde uno puede sentirse confortado e inspirado lejos del mundanal ruido, imaginando lo que hubo de ser esta universidad, la más importante del mundo budista en su época.

Hacía tanto tiempo que no había estado en Patna, la capital del Estado del Bihar, que quise volver a tomarle el pulso. La idea era llegar a ella en automóvil y desde allí regresar en avión a Delhi. Esa era la idea, pero en la India uno se percata contundentemente de que una cosa es la mente y otra la vida. Enseguida el lector entenderá por qué.

La miseria en Patna es sobrecogedora. La ciudad no tiene ningún encanto, pero lo primero que hice nada más llegar fue pedirle al conductor que nos llevase al templo sij, que yo había visitado tantos años atrás. Accedimos a él por una larguísima calle, muy estrecha. Se estaba celebrando el aniversario del maestro de los sijs más belicoso, el décimo y último gurú, Govind Singh. La multitud era compacta, casi impenetrable, pero tratamos de abrírnos paso entre esta para poder llegar al santuario principal y dar la vuelta al Gran Libro. Había música y los fieles y peregrinos dejaban buenas sumas de dinero, con las que se llenan arcas y arcas. Muchos sijs iban con sus dagas o lanzas. El abarrotamiento no podía ser mayor. En las cocinas ofrecían comida gratuita. La densa y espesa masa cada vez se hacía más densa y más espesa.

Del gentío, al solitario recinto de las ruinas de la antigua Pataliputra (que fue la antigua capital del Estado de Magadha, asiento de las dinastías Maurya y Gupta), y de allí, esta vez sí que no me lo iba a perder, a pasar unas horas en la Biblioteca Oriental, donde hay manuscritos persas y árabes únicos, así como volúmenes rescatados del saqueo de Córdoba. Me reuní con el director, que me fue mostrando, con una paciencia india que casi logró exasperarme, interesantes manuscritos en hoja de palma. No había prisa. Me remarcaba uno y otro detalle, uno más y otro más. Recordé entonces la ocasión en que perdí un tren por culpa de la parsimonia del expendedor de billetes, muy parecida a la del director de la biblioteca. Aquel hombre, ante mi desesperación, me miró con inocencia y me dijo: «¿Y qué importa, señor? Mañana hay otro».

Estreché la mano amable y sudorosa de este buen hombre, humilde, muy sencillo, a pesar de ser el director del centro. Al anochecer partía el vuelo para Delhi y teníamos poco tiempo. El conductor aceleró cuanto pudo. Ya imaginábamos una buena ducha en Delhi, un paseo por la plaza Connaught, una sabrosa cena y un helado de mango de postre. ¡Ya, ya! Pero la niebla era tan espesa que se cancelaron todos los vuelos. Rápido a la estación del ferrocarril. El gentío que había en el templo sij era una nimiedad en comparación con el de la estación. ¡Huelga de trenes! Solo pasaban algunos y es fácil

imaginar cómo iban de atestados. Es un viaje de dieciséis horas a Delhi, o sea, que no era como para meterse en cualquier vagón y tirarse al suelo.

Muchas veces, en ocasiones como esta en la India, me ha ayudado mucho la resistencia pasiva gandhiana, el suplicar y casi lloriquear, el utilizar el «*Can you help me?*». Fui de sala en sala, de jefe en jefe, de empleado en empleado, de cola en cola, una hora, dos horas, tres horas de fallido intento. No hubo nada que hacer. La estación iba a reventar de gente, los tullidos eran pisoteados, la gente gritaba, reclamaba, se colaba en las colas, se agolpaban; todos querían tomar algún tren. Aceptación, resignación. Unas horas a dormir en un hotel y de madrugada iríamos a Benarés, para allí tratar de tomar un avión a Delhi.

La madrugada es tibia. La niebla es muy espesa y casi hace imposible la conducción. Por fortuna, dos horas después comienza a despejar un poco. Veo, entre la niebla, con aspecto fantasmal, a los campesinos labrando la tierra y a las mujeres en los pueblos reunidas alrededor del pozo. Estas son tierras muy pobres, las del Bihar, donde hay *dacoits* (“bandidos”) y terroristas. No son las tierras frecuentadas por el turista como las del Rajastán o las tierras ricas en vegetación y frutas como las de Himachal Pradesh, sino las de los pobres, los campesinos que se parten el espinazo desde el amanecer al anochecer, los innumerables analfabetos, los dispensarios paupérrimos y las escuelas semidestruidas. Cuando el conductor se detiene a descansar, Jesús se precipita a las aldeas y se sienta con el grupo de los lugareños. Esta es la India que él no conocía, la India profunda y sentida, la India de la superpoblación, la pobreza endógena y cronificada, las dificultades sociales extremas. Aquí no hay palacios de maharajás, ni vistosos templos o mansiones, ni hermosas ciudades ni llamativos monumentos. Esta es la India agrícola y campesina, donde miles de familias viven por debajo del nivel de la miseria, que dio la bienvenida al gran reformador social Vinoba Bhave, que se pasó años caminando para pedir a los terratenientes y ricos tierras para los pobres.

Y, como al entrar en Benarés, todavía queda un poco de tiempo para acudir a ver otra vez a Baba Sibananda, le pido al conductor que rápidamente pase por el centro de la ciudad. Allí se detiene el coche. No puede ir más allá. Nos subimos a un *ciclorickshaw*. Llegamos a la orilla del río y resulta que no está en esos momentos Baba. Pregunto a algunos *sadhus*. Aparece el gran amigo de Baba, Sunil, y nos dice que no nos vayamos que va a correr a buscar a Baba. Pero pasan los minutos y Baba no llega. Hace ahora un

día muy luminoso. Me detengo a mirar a un buen grupo de *sadhus* pintarrajeados y con los cuerpos embadurnados con cenizas mortuorias. Los *pandits* están sentados en las plataformas que dan al río, rodeados de oyentes; los sacerdotes leen los textos sagrados; a lo lejos uno hace el *sirsasana* y otro *pranayama*. Así discurre la vida en una de las ciudades más antiguas del mundo.

No viene Baba y ya no volveré a verlo antes de que tres años después se produzca mi enfermedad y él sea informado de que estoy muriendo. Habrá que volver a esta ciudad insólita donde las haya, e ir de nuevo a visitar algunos templos con Álvaro Enterría y cenar en su casa. Tengo un recuerdo mientras vuelvo en el *ciclorickshaw* hacia el coche para mi buen amigo Jesús Aguado, que ha escrito sobre Benarés uno de los libros más bellos que jamás he leído, pues él tuvo muchos años casa en esta ciudad y una vez me vio, años atrás con Baba Sibananda, y no quiso acercarse para no molestar. Ojalá lo hubiera hecho, y así lo hubiera conocido antes y hubiera gozado antes de su entrañable amistad.

17. La isla del *Dhamma*

He hecho una treintena de viajes a Sri Lanka, la antigua Ceilán, y debo decir que es uno de los países más gratos, deleitosos, encantadores, interesantes y vivificantes que he encontrado. Siempre me han gustado especialmente Bután, Nepal y Birmania, pero en Sri Lanka siempre me he sentido distendido y a la vez vivaz. A esta isla paradisíaca llegó Mahindra, el hijo del emperador budista Ashoka, para llevar hasta allí la Enseñanza. Y convirtió al rey Tissa al budismo.

Si hay un país en el mundo donde sigue habiendo un gran número de monasterios, de ermitas y eremitorios, este es Sri Lanka. Lamentablemente, los turistas suelen limitarse a ver un par de enclaves monumentales y a deleitarse con las playas y los óptimos hoteles, pero es de enorme interés, para budistas y no budistas, tan solo para personas con un poco de sensibilidad artística, además de espiritual, desplazarse a visitar estas ermitas o eremitorios que se encuentran, además, en lugares de gran belleza, recoletos y apartados del mundanal ruido, donde es posible pasar unas horas confortando el ánimo y sosegando la mente.

He acudido muchas veces a Sri Lanka en plena guerra entre el Gobierno y los tamiles, y he sido detenido en las carreteras por numerosos *check-post* militares y me he cruzado con los todoterrenos de la ONU u otras organizaciones que portaban en la parte delantera una bandera blanca o distintiva. Una vez que estaba en Trincommalee, zona muy afectada por la guerra, hubo de madrugada un bombardeo a muy pocos kilómetros del hotel en el que me alojaba, que era un cuartel de la marina. Es más, he transitado por zonas donde mi conductor, al pasar por determinados pueblos, me iba indicando a los que eran terroristas. Pero a pesar de los riesgos, siempre me he movido sin recato por todas las zonas que he podido de la isla, incluso por áreas en las que resultaba peligroso y había innumerables puestos de militares armados hasta los dientes, impelido por mis profundos deseos de visitar remotos eremitorios y monasterios, lugares sacros y centros de peregrinación. Y, además, como he escrito dos guías sobre Sri Lanka, tenía necesidad de

recorrer todos esos lugares, para escribir sobre lo que veía y no solo sobre lo que imaginaba.

En mis primeras incursiones en esta isla al sur de la India, pude conversar con grandes sabios budistas y monjes, como Nyanaponika Thera, Narada Thera, Piyadassi Thera, Ananda Maitreya (considerado un *arahat*), Kassapa Thera, Madihei, y otros, cuyas entrevistas han sido incluidas en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas*. Debo destacar a Nyanaponika, Narada Thera y Piyadassi Thera, que me honraron con su confianza y amistad. Invité al venerable Piyadassi Thera a venir a mi casa en Madrid, en la que estuvo algunos días, y nos dio un curso de meditación budista en el centro de yoga. Su obra *El antiguo sendero del Buda*, que logré que se publicara en España, es una verdadera joya. Toda persona interesada en el tema debería leerla. Es de verdad de aconsejable y forzada lectura. Ahí se encierra la verdadera enseñanza budista, la de viejo cuño y conectada directamente con Buda.

En uno de mis viajes de hace unos años a Sri Lanka, para ahondar y recordar al venerable Narada Thera, visité el monasterio en el que él durante muchos años fue abad, el de Vajirarama, en las afueras de Colombo. Y allí conecté, muy afortunadamente, con su sucesor, el venerable Mahindra, al que visitaría en numerosas ocasiones y con el que tomaría Refugio. Estuvimos hablando muy largamente, en el porche de su celda, ya la primera vez, sobre la ineluctable ley de la transitoriedad, el renacimiento, la necesidad de erradicar las raíces insanas de la mente. Otras veces, casi siempre que voy a Colombo, he vuelto a visitarlo y a departir con él sobre las tres características básicas de lo constituido: el sufrimiento, la transitoriedad y la ausencia de una entidad permanente. También, por supuesto, hemos hablado de la meditación *vipassana* y de cómo aplicándola vamos transformando los viejos modelos de pensamiento que crean ofuscación, resolviendo los *samskaras* o condicionamientos subliminales y conquistando una visión más profunda y transformativa, que también modifica la percepción, la cognición y, por tanto, la acción.

En una de mis incursiones en Sri Lanka fui a dar a un establecimiento seguramente único en su género. Me refiero al Barbelyn Beach Resort, que es un centro de verdadero Ayurveda, en la preciosa bahía de Welligama, al sur del país. Está regentado por dos maravillosas personas con las que he hecho gran amistad y que son un simpático matrimonio formado por una mujer cubana, Mily, y un hombre cingalés, Buwa. En este establecimiento, situado en un lugar de pura fantasía y ensueño, se aplica la medicina

ayurvédica, pues hay tres médicos de esta especialidad en el centro, donde se regulan minuciosamente las comidas y se personalizan los tratamientos. El emplazamiento está en un bosque en el que hay gran número de especies de aves. Allí se viven días de gran paz y purificación. Hay sesiones de yoga, de taichi y asiste un monje budista a dar enseñanzas y meditación. Mily y yo compartimos el mismo entusiasmo por la enseñanza budista y hemos tenido ocasión de visitar juntos interesantes templos con culto vivo, así como ermitas en las montañas. No se trata de que aquí yo ahora haga una relación de estos eremitorios de Sri Lanka, abundantes y a cual más interesante; cualquier persona interesada puede encontrar fiel especificación sobre ellos en mi guía sobre este país.

Fue en mi último viaje a Sri Lanka, en 2010, y con motivo de una escapada de solo diez días que pude hacer a la isla, cuando cogí la bacteria que pondría en jaque (al final no mate) a mi vida. Me alojé unos días en el Barbery Beach Resort, con Luisa. Aprovechamos para hacer algunas excursiones de gran interés con Mily a un magnífico emplazamiento en la montaña salpicado de ermitas en la roca y a la muy santa ciudad de Kataragama, donde asistimos a una *puja* hindú cargada de magia y sentido iniciático. Fueron días de visitas a lugares sagrados, yoga, playa y largos paseos, siempre con unas comidas muy sanas. El año anterior, Luisa y yo habíamos visitado el campo de meditación Nilambe, en las frondosas montañas que rodean Kandy, y habíamos conocido a una persona muy especial y realmente entrañable llamada Upul Gamage, maestro de meditación que regenta el lugar. Por este centro han pasado a meditar varios destacados maestros occidentales de meditación. Upul Gamage sucedió al fundador del centro, Godwin Samararatne, ambos seglares. Estuvimos meditando un rato en la sala de meditación y luego charlando con Upul, que irradia una energía altamente tranquilizante; cuando uno está en silencio a su lado, te impregna con ella y calma la mente. Tan buena impresión me causó que le prometí volver, y lo hice un año después.

Fue casi un día de viaje por carretera el que tuvimos que invertir en desplazarnos de Weligama a Nilambe. Mily, Luisa y yo habíamos decidido pasar allí cuatro días. Ya había yo reservado celdas a través de una española que llevaba tres años o más en Nilambe, Verónica Cabezas, que enseñaba yoga en el lugar y que es una verdadera buscadora espiritual y una bella persona.

En el apacible jardín del centro de meditación, sentados en un poyete, entre el trino de los pájaros, entrevisté a Upul. A mis preguntas contestó con una precisión y claridad

excepcionales. Hablamos mucho de la meditación y su alcance, así como de eliminar los *samskaras* y encontrar mayor independencia para la mente. La entrevista se ha recogido en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas* y realmente es una fuente de inspiración. Al final de nuestra larga conversación, Upul afirmó: «Hay que volver a la vida cotidiana y refrendar en la sociedad nuestra evolución y mantener en el ambiente común el estado de paz, la ecuanimidad. Hay que afrontar ese desafío. Llevar *vipassana* a la vida diaria. Los problemas son el reto. Tenemos que ir entendiendo la naturaleza de la mente, y para eso está la meditación. El propósito es no dejarse afectar, pero afrontar las dificultades. Aceptar, y no huir. Con la meditación *vipassana* concedes valor a los problemas e incluso a las corrupciones de la mente, porque todo ello lo afrontas, lo conoces y lo superas».

Al llegar a Madrid me encontraba pletórico y entusiasmado. Siempre que visito la antigua Ceilán vuelvo lleno de vitalidad y alegría, y así regresé también esa vez a España, a pesar de que el servicio de las líneas Qatar Airways fue deplorable en todos los sentidos y el trayecto se alargó enormemente. La gerente de Qatar Airways en Madrid carece del menor sentido de cooperación con los clientes y demuestra una absoluta falta de sensibilidad comercial. Desafortunadamente, no volé como siempre hago a ese país, con excelente resultado, con la Royal Jordania, donde mi buena amiga Rosa María Redondo me consigue precios más bajos y también atiende de maravilla a los alumnos de Shadak.

Y al día siguiente de llegar a Madrid, ya me incorporé a mis clases de yoga en el centro, anhelante por volver a ver a mis alumnos. Pero tres o cuatro días después comencé a sentirme como si tuviera gripe y empecé a tener vértigos, a estar desmesuradamente fatigado y a vomitar. Pensé que podía ser un catarro fuerte o alergia, o quizá, aunque me extrañaba, se debía al estrés del viaje. A pesar de todo, seguí impartiendo mis clases, hasta que un viernes por la noche, en la clase de nueve a diez de meditación, ya apenas podía mantenerme sentado y tener los ojos abiertos. Me sentía realmente mal, pero logré dar la clase completa, que consiste siempre en unos treinta y cinco minutos de meditación, una charla de investigación sobre los temas más diversos y un coloquio. Varios de mis alumnos y amigos que habían asistido a esa clase, entre los que estaba Gabino Diego, sumamente interesado por los temas de autodesarrollo, insistieron en que acudiera a urgencias. Pensé que necesitaba descansar, pero el malestar

se agudizaba, así como la visión doble y la incapacidad de mantener comida en el estómago. No podía presuponer, sin embargo, que mi vida estaba en riesgo muy cierto. No soy como esos maestros que predicen la fecha de su muerte y fallan estrepitosamente y con un error de cálculo de años, como le pasó a Muktananda y mucho más recientemente a Sai Baba. No pensé que pudiera estar incubando una bacteria muy agresiva contagiada en mi último viaje a Oriente. Había hecho muchas insensateces en mis ciento veinte viajes a Asia y nunca me había pasado nada.

La noche fue larga y doliente, pero mucho más para Luisa, que empezaba a estar sumamente preocupada al comprobar que no acudía a urgencias. Por la mañana, ante el malestar más y más creciente, y la pérdida de equilibrio motor que comenzaba a padecer y los dolores de cabeza, aproveché para ir al ambulatorio de doctor Esquerdo. ¡Brillante idea la mía! Entro en el ambulatorio y no hay nadie, pero sí un enorme estruendo que hace una televisión encendida en una habitación contigua y donde están transmitiendo un partido de tenis. El médico no está en la consulta. ¡Vaya, vaya! Se ve que es aficionado al tenis..., o simplemente a la televisión y a no estar donde debe estar. Vamos de mal en peor, porque Luisa llama por teléfono al SAMUR para que envíen una ambulancia y se niegan a hacerlo. No está tan mal, pensaron, aunque estoy ya casi más en el otro mundo que en este. Por fin sale el médico de muy mala gana y peor talante. Se ve que le cae más simpático Nadal o cualquier colega del tenista. No es muy favorecido el hombre en cuanto a presencia, ¿o será el aspecto indolente que lo domina? En su consulta le ruego que me tome la tensión: se niega. Le encarezco para que me tome la temperatura o el pulso: nuevamente se niega. Le suplico prácticamente, diciéndole lo mal que me encuentro, que me explore: una negativa más. Cada vez más apático y a la vez enfadado. Que me vaya lo antes posible es lo que quiere, que lo deje en paz para volver a conectar su “compasiva” mente con la televisión. A pesar de las deplorables condiciones en las que estaba, no he olvidado su nombre: Miguel Ángel Pensado Ramo. Puse varias quejas y no dieron el menor resultado; a las últimas ni siquiera el organismo competente contestó. Como dice mi buen amigo Amadeo Solé Leris, si nos hacemos a la idea de que España es como cualquier país subdesarrollado de Hispanoamérica o Asia, pues nuestro país no está tan mal, pero si lo comparamos con un país desarrollado, es una calamidad. Y pensar que un médico lo mínimo que puede hacer es atender tu cuerpo aunque no tenga la suficiente calidad humana para confortarte o apoyarte o aconsejarte. Pues dos años después también tuvo no pocas dificultades en este ambulatorio mi buen amigo el

pintor Helio Clemente. ¿No deberían investigar y liberarnos de este centro cerrándolo? Mejor pocos ambulatorios buenos que muchos malos.

De niño escuché de un amigo extranjero de mis padres el adagio de «Las desgracias vienen en tropel». En España decimos que no vienen solas. Eran días para ponerme a prueba, para retar mi paciencia y ecuanimidad, tras haber venido de un campo de meditación. Dos noches sucesivas acudo a urgencias del Hospital de la Princesa y me dicen que estoy bien. Si hubieran tardado dos días más en ingresarme, me hubiera muerto (dicho por médicos), pero resulta que estaba bien. Al destino le gusta jugar al escondite con uno. Por fortuna, un día después soy ingresado en la Paz. En qué condiciones llegué al hospital no es fácilmente imaginable. La enfermera que salió a recibirme se quedó atónita al ver mi estado. Ingresado por urgencias, la doctora Beatriz Barquiel avisó de que había venido de Oriente, y eso alertó para investigar en esa dirección.

En urgencias da comienzo el verdadero historial de mi “batalla”. Está siendo un viaje de ida, pero ¿logrará ser de vuelta? La maquinaria se pone en marcha. La doctora Barquiel, para acelerar el proceso de investigación y diagnóstico, ya ha hecho saber a todos sus compañeros que he viajado a Oriente y que puedo estar incubando algo grave, sospechando ella ya de la posibilidad de una listeria. La doctora Áurea Díez me hace una tomografía computarizada y el neurólogo Pablo Alonso una punción lumbar, y también me examinan la neuróloga Rocío García y la internista Clara Soto. Se pide opinión a infectólogos especializados en infecciones en países tropicales. Se va adquiriendo la certeza de que se trata de una listeriosis, enfermedad muy grave, y se procede a poner tratamiento urgente.

Me quedo esa noche en urgencias. Lo que es una sala de urgencias ya se lo puede imaginar cualquier persona, aunque hace falta bastante imaginación para ello si uno no ha estado allí. Por teléfono le dije a Luisa: «Esto es peor que viajar en un tren nocturno de la India. Sabes cómo es la India, ¿verdad? –le pregunto—. Pues esto es más ruidoso. No hay quien pare». Sin embargo estoy de buen humor, incluso bromeando.

Transcurrida la noche en urgencias, paso el día siguiente a planta. Y ese atardecer me envían al Ruber Internacional para que el doctor Juan Linera me haga una resonancia magnética. Sigue el tropel de desgracias. Continúa el destino probando mi ecuanimidad. A Luisa y a mí nos dejan muchísimo tiempo en un pasillo, como a la deriva. Tan mal estoy que le pido a Luisa que me ayude a hacer posturas de yoga sobre la camilla. Genio

y figura hasta la sepultura. Y me ayuda tan bien, con una tabla tan bien concebida, que le digo con lengua de trapo y viéndola doble: «Esta tabla es muy buena. Yo te la pondré a ti cuando podamos». Me hacen una larguísima resonancia, casi una hora o más. En esas condiciones físicas tengo que recurrir a toda mi ciencia del *savasana* y lograr estar lo más relajado posible, aunque el tiempo se me hace eterno. Al acabar la resonancia le digo al doctor Juan Linera: «¿Podría hablar un instante con usted?». Más que una pregunta es una súplica. Me mira displicente y dice en tono seco: «Mejor no». Y se marcha. ¡También muy solícito, muy humano, muy caritativo!

Nos dejan otra hora perdidos en un pasillo. Le digo a Luisa: «¡Cómo tengo que estar para que no quiera ni hablar conmigo!». En fin, hay médicos muy humanos y otros que (permítaseme acuñar el término) son “egocentromédicos”, con un ego que no cabe en un rascacielos, y que no tienen ojos para ver las necesidades morales o emocionales de los pacientes. Como un día me decía la doctora Ana Frank, de la planta de neurología de La Paz, con la que tuve una óptima relación: «...es que los médicos deben tratar a sus pacientes en horizontalidad y no en verticalidad». Ya va siendo hora de que la “mafia blanca” que propició, sostuvo y alimentó el dictador se desarticule por completo y que los médicos comprendan que es muy importante que traten con humanidad y paciencia a los enfermos y a sus familiares. ¡Ya está bien de médicos altivos, distantes, fríos como un témpano, déspotas y robotizados! Mas, por fortuna, en contrapartida, están aquellos que son extraordinariamente responsables, afectuosos, humanos y cercanos, y que, por tanto, no solo son médicos del cuerpo, sino que de alguna manera lo son del alma y saben alentar y confortar al paciente y a sus familiares. Estos son los verdaderos médicos, los que se merecen admiración y respeto.

Pero las rachas acaban y, como dicen los sabios chinos, hay vientos que vienen del este y otros que vienen del oeste, o sea, que como todo es contingente y al final pura *maya*, las rachas, como saben muy bien los jugadores de apuestas, se alternan. ¡Las vicisitudes de la vida! Y a mi racha desfavorecida en cuanto a cuidados médicos o médico-humanos, le siguió una racha favorecida en este sentido, y así pude contar con la sabiduría y apoyo de los médicos de La Paz, que harían todo lo posible para lograr que, mientras yo hacía piruetas sobre el alambre entre la vida y la muerte, no me fuera para el lado de esta segunda, sino para el de la primera.

Una vez en la planta, tras haber regresado del para mí muy malhadado Ruber Internacional, al ingerir un sorbo de agua tuve una parada respiratoria que me llevó al

borde mismo de la muerte y me puso en una situación muy crítica que alarmó a mis familiares. Dos enfermeras –sumamente agradables y eficientes–, Ana Obesso y Cristina Toribio, me atendieron rápidamente y avisaron a la UCI. La doctora Melerci subió corriendo a planta y me intubó. Si en ese momento no hubiera habido nadie en la habitación, aunque hubiera sido solo tres minutos, me habría descerebrado o muerto.

Toda mi experiencia como enfermo en La Paz (que incluyó más de tres semanas en la UCI y tres semanas en planta), la relato con todo detalle y como un avezado detective capaz de encontrar todas las pistas en mi libro *En el límite*, de cerca de doscientas páginas. Es una obra muy intimista y conmovedora, y que ha tenido y tiene mucha repercusión. No quise escribirla al principio e incluso me indigné de veras cuando Ángel Fernández Fermoselle, editor de Kailas, me propuso que la escribiese. Pero un par de semanas después, tras haber salido del hospital y estando convaleciente en casa, comencé a redactarla, la verdad es que con sorprendente lucidez. He dado todos los detalles de mi enfermedad en esa obra, con gran profusión y precisión, y no voy ahora a repetirlos ni a aprovechar en absoluto ese material, ya que el lector interesado puede recurrir a ese libro. Pero como la obra que me ocupa ahora es sobre mi búsqueda espiritual, sí diré que fue una verdadera prueba, que estuve prácticamente muchos días a punto de morir, que tuve todo tipo de alucinaciones que los lamas tibetanos dicen que pertenecen al *pre-bardo* o *bardo* en el umbral de la muerte, pues muerto el cuerpo viene otro *bardo*. *Bardo* es “estado intermedio”. Para que el lector se haga una idea de cómo era mi situación, incluyo más adelante unos párrafos de correos electrónicos que me enviaron bastante tiempo después el médico intensivista de la UCI, el doctor Juan Carlos Figueira, y el médico neurólogo de la planta de neurología, el doctor Antonio Tallón. Estos correos electrónicos no han sido recogidos en mi obra *En el límite*, y el material que incluyo sobre mi posterior recuperación es totalmente inédito. Si me extiendo sobre este es porque fue un episodio de mucha importancia en mi vida, no solo por el hecho de que podía haber muerto y sobreviví, sino porque fue un gran “choque” adicional que se puede aprovechar para el autodesarrollo y el despertar de la consciencia, así como para humanizarse, discernir con claridad y saber qué es realmente lo que importa. Y lo que importa es lo que importa y no lo que nos han hecho creer que importa, o lo que la falta de discernimiento puede acarrear de turbiedad y de engañoso.

Tengo que reseñar que tras la parada respiratoria estuve casi diez días intubado y después me hicieron una traqueotomía. Esos días fueron realmente una situación agónica

no solo para el enfermo que era yo, sino para todos mis familiares y más íntimos amigos, y desde luego para Luisa, que diariamente mediante llamadas y sms iba informando a muchas personas que se interesaban por mi estado, lo que para ella era una difícil sobrecarga, pues además se ocupaba de las clases en el centro de yoga, y cuando yo pasé a planta, de mí. Mientras estuve en la UCI me confortó y apoyó extraordinariamente una auxiliar de enfermería, ya mi gran amiga, llamada Pilar Luengo, alma sensible y espíritu metafísico. Se colocaba por las noches a la vera de mi cama, me cogía la mano y me decía: «Ramiro, trabaja desde adentro por tu recuperación. Estate tranquilo, pero no dejes de darte mensajes de bienestar y recuperación». También me dijo unas palabras que se han convertido para mí en un pensamiento siempre inspirador: «Si no paras, te paran». Me trajo unas melodías relajantes y me las hacía escuchar poniéndome unos cascos, del mismo modo que Luisa me hacía escuchar en alguna ocasión el *Om Namah Shivaia*.

A continuación reproduzco parte de un correo electrónico que me envió el doctor Juan Carlos Figueira: «Que estuviste a punto de irte al otro barrio con todos tus colegas y ancestros que ya han traspasado al más allá, es cierto, no tengas ninguna duda. Inicialmente, la infección afectó a todo el organismo (cuestión de mediadores inflamatorios que viajan por la sangre desde el foco inicial y alteran todo lo que encuentran a su paso), pero tras controlar eso adecuadamente, el foco se redujo. Pero sí que has estado muy mal, sí».

También en un correo electrónico el doctor Antonio Tallón me indicaba que había estado muy grave durante mi episodio de enfermedad y que ciertamente se temió por mi vida. Semanas después de salir del hospital le escribí para decirle que ya estaba haciendo *hatha-yoga* y que si existía algún riesgo en llevar a cabo las posturas de inversión. Me contestó (guardo todos sus correos electrónicos como si fueran un tesoro, porque mi ahora buen amigo granadino tiene una inteligencia primordial extraordinaria e inspiradora, fruto de mucho trabajo interior y purificación del discernimiento) lo siguiente: «El *hatha-yoga* es un camino maravilloso y yo lo practico, por supuesto. El yoga es algo serio. Toca el interior del ser. Con las *asanas* de inversión podrías marearte y caer; si intentas alguna, que esté alguien contigo». Unas semanas después ya estaba haciendo la postura de la vela y la del arado, y más adelante la postura sobre la cima de la cabeza. Es que son dos de mis preferidas en mi práctica personal.

Cuando le expuse a Antonio Tallón todos los sueños vívidos y alucinaciones que tuve en la UCI y que yo había tratado de desgranar mediante la autoinmersión consciente, me envió un texto realmente magistral: «Lo que padeciste en la UCI –me escribió–, la tremenda tormenta de imágenes, las alucinaciones de todo tipo, es algo que desde la medicina no se ha interpretado; se clasifican estas alucinaciones en relación con el sentido al que afectan y nada más; se plantea su irrealdad y su naturaleza como fruto de una mente alterada por la enfermedad. Digamos que son el resultado de la disfunción cerebral que “amalgama” situaciones infinitas vividas previamente y almacenadas dentro de nuestra caja de sueños. Sin embargo, como bien sabes, en el desarrollo espiritual en la India, cuando uno decide ascender, hay una fase de tormenta de los sentidos en la que aparecen vivencias múltiples contra las que hay que luchar antes de llegar al estado de silencio. Por ejemplo, uno se sienta a meditar y empieza un pensamiento a zumar dentro de la cabeza y después otro y después otro..., y terminas viendo dentro del pensamiento... a la par que te pica la nariz o la cara o una pierna, hasta que te desesperas y te mueves y te rascas... Eso en el mejor de los casos, pero en el peor, sientes un olor que te hace abrir los ojos, o un ruido que te desvía de tu fin... Digamos que es la naturaleza que protesta, se revela ante la quietud del cuerpo y el pensamiento. Lo cierto es que en situaciones difíciles tu naturaleza exalta tus sentidos, te turba con imágenes inverosímiles y confusas de tu vivencia. Yo creo que todo lo que percibió está dentro de su cerebro, pero ordenado y olvidado, digamos que es de difícil acceso, pero que en aquella situación crítica resurgió con contenido exagerado y distorsionado. Lo que sí es verdad es que no es irreal; todo lo que ocurre es una proyección de una realidad, aunque esta esté dentro de usted».

Sin duda en ese primer *bardo* o estado intermedio, antes de que se produzca la muerte definitiva y acontezca el segundo *bardo*, lo que aparecen son contenidos del inconsciente, en un lenguaje, como el de los sueños, cifrado, y que yo en mis sesiones de autoinmersión consciente he ido revisando y reordenando. Ciertamente es que muchas veces el buscador tiene que pasar por el infierno para ascender al cielo o asentarse en sus raíces para llegar a la copa (cima de la consciencia). El caso es que más allá de lo que uno pueda interpretar, aquello ocurrió y tiene su sentido, por ignoto que resulte.

Mientras yo estaba en la UCI, Upul escribió a Luisa: «Personalmente estoy bastante preocupado por Ramiro y por ti. Me sentí muy dichoso por haber encontrado en vosotros a tan buenos amigos, a pesar de no haber tenido una relación de amistad previa. Cuando

supe cuál era la situación de Ramiro, inmediatamente medité enviando amor y energía de sanación. Hoy sentí que eso le ha ayudado y aún estoy meditando por vosotros. Puedo comprenderte perfectamente, Luisa, y tu preocupación, pero por favor cree en el *Dharma*. Ramiro hizo muchas cosas buenas a favor del *Dharma*, y por esa razón el *Dharma* lo protegerá en todos los sentidos. He hablado con dos amigos médicos y ellos harán lo mejor que les sea dado hacer. Por favor, siéntete libre de contactar conmigo para cualquier cosa que necesites, pues estoy muy feliz de poder ayudarte/os. En esta situación crítica, estoy muy cerca de vosotros y contento de poder ayudaros. Muchísimo amor para los dos».

Las personas que me conocen me preguntan si yo era consciente de que me estaba muriendo. Sí, lo era. Y el hecho concreto, entre otros, es que en uno de mis sueños vívidos le pedí a Fernando Sánchez Dragó: «Por favor, Fernando, llévame a morir a Benarés», y en otro, mi alumna de hace años y amiga, la médica María Jesús Gutiérrez, me decía: «Ramiro, te estás muriendo». Nunca me lo dijo, pero yo proyecté en esas palabras la realidad cierta de que estaba desencarnando. Tuve la experiencia, muy vivaz e intensa de que mi cuerpo estaba flotando en un océano de nubes esponjosas y blancas y de que yo era plenamente consciente de ello y de la paz que experimentaba, pero no era una paz alborozada, sino demasiado ecuánime o neutral. Aquello, bromeando, de «si esto es el cielo, prefiero el infierno... o el purgatorio al menos».

Cuando salí de la UCI, mi estado mental era de una enorme e insuperable confusión, tanto que, a pesar de mi calamitoso estado, quería irme a mi casa y me rebelaba contra las enfermeras echándoles en cara que me querían tener secuestrado. ¡Cuánta paciencia y delicadeza la de una enfermera llamada Nerea Sánchez para hacerme comprender que era forzoso pasar a planta y que en esas condiciones no podía irme a mi casa! Pero yo me oponía con todo tipo de irracionales “razonamientos”, y cuando salí de la UCI todos pensaron que estaba tocado mentalmente de veras. En cuanto llegué a la habitación empecé a recobrar una lucidez extraordinaria, tanto es así que las dos psiquiatras que al día siguiente me visitaron me dijeron que mi mente funcionaba a la perfección.

Me emocioné no poco al enterarme, una vez recuperada la claridad mental (que llegó de un modo portentoso), de que en Benarés había estado meditando para mi bienestar Baba Sibananda, y en Sri Lanka, el monje budista hacía una *puja* de dos horas todos los días. Se formaron grupos en toda España para enviarme buenos sentimientos y energía, y la abadesa de las clarisas de Valladolid, una maravillosa mujer, con dotes artísticas y

literarias notables (ha publicado varios libros), sor Isabel, en compañía de las otras hermanas, elevaba oraciones al Absoluto. Y mientras yo permanecí en el hospital, tengo que reseñar que el centro de yoga funcionó perfectamente y que profesores y profesoras, así como mi secretaria Manuela, hicieron todo lo posible para que fuera así.

El diagnóstico de mi trastorno es que se había tratado de una romboencefalitis, posiblemente provocada por una bacteria muy agresiva que se llama listeria y que, al alojarse en el tronco del encéfalo (el núcleo de la vida), causa un elevado índice de mortandad o también tiene mucha morbilidad. Cuando hablaron la doctora Beatriz Barquiel y el doctor Antonio Tallón, ella dijo: «Lo de Ramiro es como un milagro», y él comentó: «Sí, como un milagro. No sé si tiene que llevar a cabo una misión, o que le queda todavía un libro por escribir, o que todos sus dioses hindúes le han dado la fuerza, pero desde luego ha mirado la cara de Shiva».

Pero los que estamos tan intensamente interesados por la sabiduría hindú sabemos que Shiva destruye para construir y que tiene tal poder interior que es capaz de ingerir veneno y transformarlo en néctar. Si estar casi más para allá que para acá es ver su rostro, seguro que lo vi, pero de momento, al parecer, Él prefirió soportarme vivo y no tener que hacerse cargo de mi ser. ¡Cuántas noches, estando en la India, han llegado hasta mis profanos oídos cánticos en honor de Shiva!

Mi recuperación fue excepcional y hasta espectacular. Ya en la planta del hospital comencé a dar tantos paseos como podía por el pasillo y en la cama a hacer relajación profunda, ejercicios respiratorios y algunas *asanas* o posiciones de yoga, además de meditación. Nada más llegar a casa (donde tenía que estar en régimen de convalecencia dos meses, pero me salté uno) seguí caminando y haciendo prácticas de yoga. En contra de la prescripción de la doctora Beatriz Barquiel, me fui al centro de yoga antes de tiempo a dar mis clases. Llegaba con bastón y mascarilla, y menos mal que me quitaba el parche ocular que utilizaba para ir entrenando la vista y combatiendo la diplopía o visión doble. El primer día que volví, los alumnos me dieron un aplauso que me hizo saltar las lágrimas. Días después, lo inevitable por mi osadía: cogí una neumonía y el doctor Ángel Robles, internista de La Paz y bella persona, me indicó antibióticos y yo comencé a hacer muchos ejercicios de *pranayama*. Por fortuna reaccioné muy bien y no tuve que ser reingresado.

Y ahora relataré todo lo que ha ido sucediendo en mi vida tras este paréntesis en el hospital. Estaba en mi ánimo ir a la Feria del Libro a firmar mi obra recién publicada

Conversaciones con yoguis, pero me lo desaconsejó tajantemente Beatriz, así que no pude complacer a Agustín Pániker, al que le había prometido intentarlo. Y lo intenté de veras.

Las semanas siguientes a la salida del hospital, tuve mucho tiempo para meditar y reflexionar. La verdad es que encontré un estado de infinita paz las cinco o seis semanas que estuve en casa, sin hacer absolutamente nada aparte de *savasana*, pasear por el salón, leer un poco y entrar en un estado natural de meditación que me reportaba consuelo, seguridad en mis potenciales internos y mucha serenidad. Era como un estado “nirvánico”, de gran paciencia y ecuanimidad, cuando yo siempre he sido rajásico, como dirían los yoguis, es decir, de naturaleza vehemente y de impaciencia difícil de dominar.

Podía haber quedado con secuelas terribles, pero solo seguía teniendo diplopía, un pésimo equilibrio locomotor, parestesia pronunciada en la pierna izquierda y, a veces, en la mano y la oreja izquierda, y estados de despersonalización que hacían que me pareciera como si todo fuera absolutamente irreal e inconsistente. Tenía la sensación de enfrentarme al vacío más total y sin ningún tipo de asidero. En ese momento se quebraba ese estado “nirvánico” al que he hecho referencia y era como entrar en un abismo sin fondo y vivir lo que los budistas denominan el *bhanga* o estado de disolución, que al principio llega a aterrar porque el ego se diluye, no hay asideros y saltan todas las alarmas, pero que en la meditación *vipassana* representa un avance, ya que empieza a desestructurarse el rígido andamiaje del ego. También tenía que dilucidar muchas cosas en mí, aprovechar la experiencia pasada para mi crecimiento interior, ordenar en mi mente todo lo sucedido y conciliar el que era antes de la enfermedad y el que me sentí después. No fue fácil conciliar a uno y a otro. De tal manera no quería olvidar la experiencia pasada y tanto quería tenerla presente para que me sirviera de acicate e inspiración en la autotransformación que, cuando me llevaron a la planta, hecho un despojo humano, le pedí a Luisa que me hiciera unas fotos con su teléfono móvil y las conservase. No quiero olvidar. Y cuando tiendo a hacerlo, veo esas fotos para convencerme de que yo he pasado por todo eso, que fue un infierno, pero que puedo sacar enseñanzas muy valiosas de lo que viví en el despertar de la consciencia. Como dijo el doctor Kaushik de Delhi, no deberíamos olvidar el sufrimiento, no para condolernos, en absoluto, ni abatirnos, sino para humanizarnos y crecer.

Durante semanas, cuando salí de la UCI, dos sentimientos me embargaban por completo: el de humildad, y el de que lo único importante es la compasión y el amor. Lo

demás es pura *maya*. En esos días escribí un texto que me brotó de lo más profundo de mí, mientras mi recién amigo, el gato *Émile*, dormitaba apoyado en mi pierna acartonada: «El zen de la vida y el zen de la muerte. Si tienes que pensar, piensa. Si tienes que experimentar, experimenta. Si tienes que vivir, vive. Si tienes que morir, muere. Pero todo ello con consciencia. Hay un tiempo para todo. La vida es inestable, impredecible e imprevisible. Algo viene, algo se va. Podemos vivir ciega y mecánicamente, desde el ego y el egoísmo, o consciente, lúcida y compasivamente. Podemos rendir el ego al ir a morir o rebelarnos y aumentar el sufrimiento. Hay que saber asir; hay que saber soltar. Hay que fluir con la vida. ¿Será posible hacerlo con la muerte?».

Tenía la consciencia de haber recibido mucho amor a lo largo de mi vida, a veces inmerecidamente, y sentía y siento que siempre estaré en deuda. Si incluso la vida fuera un sueño, ¡qué agradecido estoy por haber encontrado a mis compañeros de sueño! Si somos soñados por otra mente, gracias a esa mente por habernos incluido en el sueño. En esos momentos sentí como nunca, con inusitada intensidad, que el *Dharma* y el *sadhana* (o sea, las enseñanzas y los métodos) eran mis asideros. Ya de joven tuve que sanear una psicología bastante patológica, y en ello fue de una ayuda extraordinaria el yoga y la firme motivación de hallar sosiego y equilibrio. En mi itinerario espiritual he sido lento, y a veces torpe, pero siempre me he consolado sabiendo que “el camino ya es la meta”. Siempre echo de menos a mis padres, pues les debo todo, pero en los días en los que me estaba recuperando y viviendo como un rajá, atendido en todo momento con infinito cariño por Luisa, me di cuenta de que lo daría todo por sentir la mejilla de mi madre junto a la mía o el abrazo de mi padre. ¡Cuánto insistía Buda en la necesidad de entregarlo todo por los padres, que son el gran tesoro y que por lo general tanto nos han cuidado, a expensas muchas veces de su sosiego y desarrollo!

Ante la sola sospecha de que hubiera podido ser mi enfermedad una tuberculosis cerebral, estuve ingiriendo durante diez meses tuberculostáticos, y los primeros meses una buena dosis de corticoides. Yo había entrado en el hospital con setenta kilos de peso y salí con cincuenta y cuatro. Le dije a Luisa: «Entré siendo joven y he salido siendo un viejo». Pero he trabajado mucho para recuperarme, retomar el equilibrio motor, coger peso y lograr que me asistan todos mis potenciales psicosomáticos. Lo han hecho. No ha sido fácil, pero el cariño de los seres que nos rodean es también una soberbia medicina.

Estoy redactando esta obra un año y medio después de haber salido del hospital. La recuperación y el proceso de indagación, autocontrol y clarificación no han sido fáciles. Cuando venían los momentos en los que me sentía engullido por el vacío y mi ego se disolvía en un abismo sin fin, me sentía como desmembrándome o siendo pulverizado. Una experiencia cataclísmica, pero a la par reveladora. Alguna cosa tenía que morir en mí para que pudiera nacer algo. Cuando volví a visitar al doctor Tallón en su consulta en La Paz, estando yo ya en casa, pero antes de ser dado de alta, me habló de la muerte iniciática y como de ella uno sale como adepto. No sabía yo entonces todavía, y faltaron bastantes semanas hasta que él me lo contara, que sus saberes no eran solo médicos y neurológicos, sino mucho más amplios. Desde el primer momento sentí una curiosa empatía con él, como si yo intuyera que en su interior ocultaba conocimientos que no se me escapaban. En una de esas consultas, me dijo: «Bueno, dentro de poco te daré de alta y ya solo nos saludaremos si nos encontramos en la calle». Pero Antonio Tallón no sospechaba siquiera lo persistente e irreductible al desaliento que puedo llegar a ser cuando empatizo con una persona y cómo no suelto mi “presa”. Si además, como de ello estaría seguro, pero muy seguro Jung, el encuentro no es solo casual sino sincrónico, y, como dicen los *rishis* de la India, el karma se impone, Antonio no tenía muchas más alternativas que seguir aguantándome, aunque me diera de alta. Y así hemos logrado labrar una hermosa amistad. ¿No es por lo menos una coincidencia muy cargada de sentido, como diría Nietzsche, que tanto Antonio como yo comenzásemos a practicar *hatha-yoga* a la misma edad, o sea, a los quince años? Pero mientras fui su paciente, dentro y fuera del hospital nada me dijo al respecto, mas como yo logré sacarle su dirección electrónica y comencé a escribirle, al final, para que lo conociera mejor, me explicó que había comenzado con entusiasmo la práctica del *hatha-yoga* a los quince años y que su mayor interés se centró, luego, en la senda del *jñana-yoga* o yoga del discernimiento y la sabiduría.

18. Cuatro meses después de salir del hospital

Cuánto tuvo que sufrir mi amada y paciente Luisa durante las más de tres semanas que estuve caminando por el alambre entre la vida y la muerte, haciendo el papel de Suresh (el protagonista de mi novela espiritual *El faquir*), es imposible siquiera imaginarlo. Desde la primera fila del escenario, me veía caminar a muy duras penas por el fino alambre que separa a veces lo que llamamos “vida” de lo que llamamos “muerte”.

Intubado, sondado, maniatado, desmadejado, depauperado, los ojos vidriosos y la cabeza reclinada sobre el pecho, no puede extrañarme que cuando mi entrañable amiga Isabel Morillo me visitó en la UCI se despidiera de mí y me dijera cuánto me quería y que siempre me querría. Muchas otras personas, sanitarios y no sanitarios, pensaban que podía abandonar este cuerpo en cualquier momento, sobre todo en aquellos primeros días, muy afectado por esa infección tan grave del sistema nervioso que es la romboencefalitis, fuera o no provocada por la escurridiza pero implacable bacteria llamada listeria. Hasta Beatriz Barquiel temió por mi vida en algunos momentos, y eso que ella siempre confiaba en que me sacarían adelante, y su confianza en mi recuperación era inquebrantable. Solo muy recientemente le he preguntado: «¿Temiste por mi vida?». Sin perder su habitual serenidad, repuso: «Sí». Y le pregunté: «¿Por qué me salvé?». Y contestó: «Por el trabajo de los médicos; porque estabas en muy buenas condiciones físicas (muy diferente podría haber sido si hubieras tenido alguna dolencia como diabetes o cualquier otra), y por suerte».

Suerte. ¡Qué factor tan misterioso el que tratamos de encuadrar con este término! Destino, *fatum*, ley del accidente, ley de causa y efecto, casualidad, karma, simple ley de posibilidades que acarrear fortuna... ¡A saber!

Ya hace varios meses que dejé el hospital y volví a casa. Recuerdo que a los pocos días de mi regreso envié un correo electrónico al doctor Rogelio López-Vélez para darle las gracias por sus atenciones, en el que también le hablé sobre las que fueron mis alucinaciones en la UCI y le conté que iba a comenzar a escribir un libro. Me contestó:

«Ante un proceso de meningoencefalitis grave las alucinaciones o sueños vívidos son frecuentes. También es frecuente la pérdida de memoria selectiva. Lo verdaderamente importante es que se haya recuperado. Hubo un momento en el que se temía por su vida. Mi intervención, en su caso, fue mínima y el éxito es de los doctores que lo trataron, también de sus familiares y amigos, que lo apoyaron y buscaron consejo, y por supuesto suyo, por luchar contra la enfermedad. Me alegro de que haya reiniciado sus actividades profesionales y me maravilla que ya esté pensando en escribir un nuevo libro».

Mi buen amigo y editor Ángel Fernández Fermoselle, que es además un magnífico escritor, me sugirió que escribiera *En el límite*. Pensé que era un modo, sí, de “exorcizar” mi tremendo episodio de enfermedad, pero nunca pude sospechar que iba a ser tan desgarrador escribir esa obra y tener que hacer de implacable detective para, como un sabueso casi obsesivo, rastrear todo a propósito de mi enfermedad y cómo había sido mi evolución.

Contemplo, de vez en cuando, las fotografías que pedí que me hicieran nada más subir a planta y encontrarme con un aspecto tan horroroso ante el espejo. ¿Ese era yo? Pues lo era. Conservé esas fotografías para el recuerdo. No parezco ya ser yo aquel, pero me identifico con esa imagen no solo por las amargas memorias, sino por la leve cicatriz que conservo en mi garganta debido a la traqueotomía que me efectuó el doctor Figueira, y por el sentimiento de fatiga que a veces me abruma y la pérdida de tonificación muscular sufrida y la rigidez que todavía tengo, a pesar de que todos los días hago mis ejercicios de yoga y voy poco a poco alargando el músculo y flexibilizándolo, aunque con dificultades y sufriendo tirones muy diversos y dolorosos. Sin embargo, he dado saltos de gigante y todavía están presentes en mi escenario mental esos momentos en los que tras mi regreso a casa no era capaz ni de levantar una jarra en el aire para verter agua en mi vaso. Tal era mi enorme debilidad muscular. Hasta para entrar y salir de la bañera necesitaba la asistencia de Luisa. Recuerdo que un día le dije: «Días antes de la enfermedad yo era un joven; ahora soy un viejo». Me refería no a mi ánimo, no a mi mente, no a mi talante, sino a mi ajado, debilitado, incontrolado y adelgazado cuerpo, carente de masa muscular y más rígido que una estaca. ¡Qué buena lección de humildad! Tras cincuenta años practicando sin cesar mis posturas de yoga, ¡rígido como una estaca! Y mi capacidad respiratoria muy disminuida, como si mis pulmones fueran más los de mi gato *Émile* que los de un humano. ¡Otra buena lección de humildad! No hay nada como pasar por un trance así —aunque a nadie se lo deseo— para dinamitar el ego, dejar

atrás la autoimportancia como la serpiente muda su camisa, y abandonar toda infatuación. Pero Luisa demostraba tal dedicación que hasta la doctora Barquiel afirmó: «Debería haber una Luisa en la vida de todo paciente». Uno aprende humildad cuando hasta para asearte el trasero te tienen que ayudar y te tienen que sujetar para darte una ducha de urgencia y hasta prestarte auxilio para darte la vuelta en la cama. Todos pasamos o pasaremos por esa lección de humildad, y luego, como decía Castaneda, nos creemos tan importantes que nos creemos con derecho a ofendernos por todo.

Al principio, mis piernas eran como dos cuerdas que se enredaban sin piedad. Un minúsculo paseo por los frondosos caminitos del Retiro me dejaba exhausto. ¡Vaya con la bacteria! Se había ido llevando toda mi fuerza. Pero no estaba dispuesto a rendirme, en absoluto. Tenía que superarme física y psíquicamente, a pesar de que estar tomando antituberculosos (a lo largo de diez meses) se las trae, porque no solo son agresivos para el estómago y el hígado, sino que crean estados psíquicos alterados. He logrado superar los efectos secundarios de estos fármacos gracias a aplicar la atención y la ecuanimidad meditativamente a estos, y así he conseguido llegar solo al borde del abismo, pero no ir más allá. O sea, era necesaria una disciplina sin tregua.

Se me aconsejaba insistentemente: «No dejes de entrenar; camina, camina». Una disciplina inteligente y sin tregua. «¡Camina, camina!». Y otras veces se me decía: «No dejes de entrenar, Ramiro, no dejes de hacerlo». Varias veces se me propuso un fisioterapeuta y tantas otras lo rechacé. Formaba parte de mi trabajo (incluso de mi trabajo interior) ejercitarme por mí mismo, aunque a veces surgiera una nube de desfallecimiento, para poder superar la enfermedad, para cada vez que me desmoralizara volver a “moralizarme”, porque ese entrenamiento es mucho de mente, activa el cerebro, y era lo que yo necesitaba. El paciente no puede ni debe dejar toda la responsabilidad al médico; él debe ayudar y ayudarse, ponerse a prueba sin excesos, pero ponerse a prueba; sacar a flote todas sus potencias de guerrero espiritual y combatir contra su pereza, su desánimo, su desidia, su fatiga e incluso su desfallecimiento. Trabajar sin desmayo.

Mi mermado volumen respiratorio se fue ampliando con las técnicas de *pranayama*. Mis rígidos y quejumbrosos músculos se iban alargando y flexibilizando, a pesar de las numerosas lesiones que me impedían conciliar el sueño por las noches por el dolor que producían. Mis estados de ánimo eran cada vez más estables y mi sentimiento, más armónico.

Mi amor por los animales me hizo hace más de quince años vegetariano. No por salud (¡luego viene la bacteria y de qué te han servido todos los regímenes!), en absoluto, sino por no quitar vida. Durante tres meses he dejado de ser vegetariano, pero ya escribiendo estas líneas he retomado el vegetarianismo. Beatriz Barquiel, que además de endocrinóloga es nutricionista, me insistió en la necesidad de llevar una alimentación sana y variada. Hasta los más ortodoxos maestros de la India dicen que en condiciones así hay que adaptar el *Dharma* a la situación. Soy, como me dicen, “el yogui rebelde”, pero hasta donde he podido he seguido las indicaciones médicas. Mi vena de ácrata sin acrimonia no ha dejado de aparecer. «Aliméntate bien, aliméntate bien», me dicen, pero tan difícil es dejar de comer cuando se tiene hambre como comer cuando no se tiene. El gusto cambiado (hasta el agua me sabía amarga y el dulce seis veces más dulce: repugnante, pues), el estómago encogido por los antituberculosos; comer en esas condiciones también es un yoga, casi una proeza, además de una ascesis.

Mi enfermedad me ha hecho pensar que hay una estrategia que todo paciente debería proponerse, y todos lo somos antes o después:

- Actitud adecuada, pues las cosas son como las tomamos.
- Dieta sana.
- Ejercicios respiratorios.
- La práctica de las *asanas* (posturas) del yoga.
- La práctica de la relajación consciente y profunda.
- La práctica asidua de la meditación.
- El descanso oportuno.
- Dormir un buen número de horas.
- Compañías gratas, buenos amigos, que alientan y confortan.
- Contacto con la naturaleza.
- Reflexión consciente, tratando de no dejarse tomar por las ataduras del ego, que conducen a la autocompasión debilitante, la preocupación y la obsesión.
- Confiar en los cuidados médicos y, si es posible, en el médico (si bien hay médicos que se ganan de todo menos la confianza).
- Motivación.
- Sentimiento de humildad y agradecimiento.
- Dejarse ayudar.

- Superar la pusilanimidad.
- Cultivar un sentimiento omniabarcante de amor.
- Sacarle enseñanza y aprendizaje a la enfermedad.

Mi aspecto, dicen, es mejor que el que tuviera antes del episodio. No busco piropos, amigo lector, pero tampoco desagrada coger un poco de apostura cuando uno ha sido un despojo y un adefesio. Ese buen aspecto hace creer a todo el mundo que estoy totalmente recuperado, pero... «¡Un poco de paciencia, amigos!». Me canso a veces, no dispongo de todo mi *prana* (“fuerza vital”, de acuerdo con el yoga). No pretendamos empujar el río ni ayudar a los brotes de soja a que crezcan antes de hora. Hay que poner todos los métodos y herramientas del bienestar y estar de continuo en el intento de mejorar; eso es muy importante, claro, pero sin expectativas triunfalistas que puedan conducir al desánimo.

Es inevitable que algunas personas y periodistas me pregunten por experiencias cercanas a la muerte. Queremos que todo sea previsible, cierto, que nos aseguren la inmortalidad del ego. ¿De qué sirven esas creencias si no transforman? Y, además, ¿cómo saber que no son resultado de cambios en el cerebro o en las glándulas o dondequiera que sea? El caso es enredar con suposiciones y no centrarse en lo que es. Miramos tan lejos que se nos escapa lo que está al lado. Especulamos y argumentamos tanto que no vivimos. ¡Vaya negocio! Torpeza tras torpeza. Queremos conocerlo todo y no nos conocemos a nosotros mismos. Y, sin embargo, no reflexionamos en lo sumamente difícil que ha sido encontrarnos con esos “coincidentes vitales” que queremos y nos quieren, y a los que, por estar muy acaparados y afanados por la vida, a veces no prestamos la suficiente atención, o no vivimos tan intensamente como sería conveniente. Incluso si hubiera reencarnación, como dicen los hindúes, o renacimiento, como dicen los budistas (cuya idea es solo para ponerse ya a temblar), ¿cuántos eones tendrían que transcurrir para volver a encontrarse con ellos? No dejemos pasar la oportunidad de cada día para manifestarles cuánto los amamos, y una sonrisa y una caricia, y no palabras ásperas ni desaires ni conductas ñoñas, por favor. Todo viene y se marcha: la ley de la impermanencia, pero mientras están ahí, mientras estamos aquí, mejor carácter, mejor disponibilidad, mejor comunicación, más amor.

Accedí a escribir mi libro *En el límite*, recogiendo la sugerencia de Ángel Fernández Fermoselle, porque al regresar a la vida me invadía un sentimiento muy profundo de

amor. Me gustaría que el que haya leído ese libro haya podido captar lo que traté de expresar. No el amor como un concepto manido ni como una palabra manoseada, sino como el sentimiento que une y da sentido. Silvia Sánchez de Zarca, tras leerlo, me escribió:

«Ramiro, he acabado el libro. Me ha gustado mucho, pero es que desde la página 138 me ha encantado. Realmente creo que es el primer libro en el que hablas con gran corazón. Se nota que has estado en una gran observación de tus estados, examinando los posos que te ha dejado la enfermedad, y que has entendido las necesidades del cuerpo, pero sobre todo de la mente y el espíritu. Hablas con gran humildad y sinceridad de ti y de tus creencias y de esa gran medicina que necesitan todos y que es el amor sincero y real, el cariño, la ternura y, ¿por qué no?, la necesidad del cuidado que nos dan nuestros seres queridos y que nos hace crecer muchísimo como personas. Me gusta cómo te expresas sobre las emociones que te envuelven, te toman; de esa ternura que mana desde lo más íntimo de ti, de tus sufrimientos para, aun no comprendiendo en el instante qué te sucede, poder después observarlos desde tu mudo testigo y filtrarlos para procesar esa sabiduría natural que mora en todo ser. El amor de nuestros seres queridos es maravilloso, aunque esto nos esclavice a luchar y sobrevivir cuando uno quiere irse; también nos da esa consciencia de la vida y de la muerte tan nítida y veraz como no hay otra, y entonces aprendemos a simplificar las prioridades de nuestro yo. En fin, me encanta el libro porque te reconozco en él, pero con un cambio muy visible ahora en ti; más suelto, menos acorazado y más humilde. Debiste sentir en tus cimientos grandes fisuras por las cuales se filtró agua, por así decirlo. Deja que esa agua clara ablande más muros y retén siempre en tu memoria estos malos momentos que tú transformarás en positivos y que te ayudarán y darán fuerza para siempre. Te quiero mucho, mucho, muchísimo».

Los retengo en la memoria, Silvia, amiga, y por eso guardé esa foto que incluso podría pensarse es de mal gusto, porque el dolor consciente coopera en la mutación interior y en la elevación de la consciencia. Tú, veinte años atrás, eras una gran insatisfecha, como toda buscadora del Sentido, como todo aquel que sigue las huellas de un Propósito y quiere hallar un Significado. Ahora has aprendido no solo a hacer, sino a ser; no solo a ir, sino a estar. Ha brotado en ti mucha sabiduría de esa que dices, de modo natural, que reside en la mente profunda de toda persona; esa mente que los tibetanos llaman la clara consciencia inespacial o *rigpa*. Sabiduría como ninguna es amar. Y tu carta está llena de amor genuino. Espero que también te aporte inspiración esta autobiografía espiritual.

Y tras leer el libro, también me escribió Feliciano García, la directora de la revista *Espacio Humano*, a la que me une una gran amistad desde hace muchísimos años. ¡Qué hermosa carta la suya! ¡Humana como ella misma es! Dice así:

«Queridos Luisa y Ramiro:

Ayer recibí el último libro de Ramiro, *En el límite*, y después de leerlo de un tirón, he sentido la necesidad de compartir con vosotros algunos de los pensamientos y sentimientos que me ha despertado. Lo primero de todo, tengo que daros las gracias.

Ramiro, hacía mucho tiempo que un libro no me atrapaba tanto, y creo que es tu libro más humano. El que mejor describe la fabulosa aventura humana. Has convertido lo penoso y lamentable que resulta vivir una enfermedad en un viaje al fondo de tu alma, un viaje desgarrador y tierno, ácido y amable, con fobias y filias, hermosos encuentros y desencuentros aleccionadores. Gracias por el esfuerzo realizado al querer rescatar ese momento que ha hecho del relato un trozo de vida genuina y viva. Y por hacerlo tan rápido. Tal vez el tiempo y los recuerdos se habrían envuelto de racionalizaciones y no hubieran hecho posible la increíble frescura y el aroma que tiene de auténtica tu obra. En ocasiones, he sonreído; en otras, se me han saltado las lágrimas, y el corazón se me ha llenado de compasión. Gracias por darme la oportunidad de sentir todas estas emociones.

Gracias, Luisa, por ayudarlo tanto, por ser y estar a su lado. Aunque personalmente no nos hayamos relacionado mucho, el texto de Ramiro transmite tanto AMOR (con mayúsculas) entre vosotros y refleja a fondo tu ser y tu sitio en su vida. He llorado con tus cartas y te doy las gracias por querer compartir con los lectores esos momentos tan íntimos, tan tuyos, tan vuestros.

He repetido muchas veces la palabra “gracias”, y como las palabras se desgastan mucho, únicamente quiero deciros que cuando digo “gracias” quiero decir que he recibido algo valioso para mí, por lo que me siento en deuda con las personas que me lo dan.

Sé que tu buena memoria y tu “humildación” van a recordarte diariamente que te cuides y que Luisa lo va a reforzar. Sí que confío en el futuro y que podremos disfrutar de más escritos y cursos y conferencias... tuyas.

Bendiciones y un fuerte abrazo para los dos.

P.D.: Para *Émile*, un amoroso achuchón».

El buscador espiritual tiene que convertirlo todo en una herramienta para transformarse, en una catapulta para relanzarse hacia la Sabiduría, en un puente para cruzar de la orilla de la ignorancia a la de la luz. A veces las pruebas son muy duras, a veces las noches oscuras del alma nos vienen sin darnos cuenta, a veces hay que recurrir a todos los aliados internos para no hundirse en la desesperación. Estaba hace unos días disfrutando de la contemplación de esos días otoñales que a la vez son melancólicos y tiernos, tristes y evocadores, cuando de repente vino a mi mente una conversación de este tipo que hace años mantuve con el fabuloso actor Rafael «El Brujo», que había sido mi alumno y que también es un persistente buscador de lo Inmenso, de lo que está más allá del signo aparente, del Sentido o núcleo del núcleo. Compartimos nuestros desvelos y no pocos esfuerzos para proseguir por la ruta de la Búsqueda y estábamos de acuerdo en cuánto a veces hay que sacrificar de uno mismo para ser al final uno mismo.

Vino al centro de yoga a recibir una clase de meditación la encantadora y sabia doctora Ana Frank, la jefa de planta de neurología de La Paz. Primero un abrazo sentido

y largo. Y luego se quedó a meditar y lo hizo con actitud consciente y serena. Ella me apuntó aquello de la necesidad de que los médicos traten a los pacientes desde la horizontalidad y no desde la verticalidad; ella, que en momentos muy difíciles animó a Luisa diciéndole que harían todo lo que pudieran por mí; ella, en la que palpita el sentimiento de Búsqueda y el deseo de poder conciliar y congraciar la búsqueda hacia fuera, la científica, y la búsqueda hacia dentro, la espiritual. Resulta que la doctora, y yo lo he sabido recientemente, regaló a los residentes mi obra *Dividendos para el alma* (escrita con Marcos Fernández y Joaquín Tamames).

Creo que también el doctor Santiago Yus tuvo interés por el yoga cuando era más joven y llegó a practicarlo, aunque no he sabido si lo ha hecho en mi centro. Es, como dijera Allan Watts, la “red”, en la que al final muchos nos hallamos, otros nos desencontramos, a muchos nos unen las afinidades y a muchos nos desunen las desafinidades. Pero hablando del trato de médicos y enfermeros, ¿por qué es tan habitual que los parientes del enfermo se quejen, lamenten, protesten, se indignen considerando que no reciben un trato humano (de horizontalidad a horizontalidad, y no de ego endiosado a persona angustiada) cuando son atendidos por médicos que siguen el tratamiento de sus familiares? Tienen derecho a ser informados puntual y detalladamente, y tienen derecho a encontrar en el médico un ser humano y entrañable de verdad, no personas frías, distantes, atrincheradas en su torre de marfil. ¡Cómo si estos médicos gélidos y acorazados no fueran un día a enfermar! Entonces sus familiares anhelarán también ser bien informados y bien tratados.

A media mañana, en un día espléndido y luminoso, de esos que encienden la alegría, vino a visitarme, en compañía de su marido César, Ana Claret, directora de la revista *Universo holístico*. Charlamos. Sí, tienes razón Ana, en el mundo de las llamadas terapias alternativas, las de todo tipo, las de todo, hay mucho ególatra, no poco oportunista y advenedizo, mucho narciso suelto, mucho pavo pavoneándose, bastantes buscadores de oro fácil y no pocos desaprensivos. Los hay honestos, comprometidos, rigurosos. En el llamado mundo del yoga, del taichi, del *chikung* y de las enseñanzas espirituales, es lo mismo: muchos egos por metro cuadrado, y, como dice el gran profesor de yoga Víctor Martínez Flores, muchos pagados de sí mismos, arrogantes, y que encima quieren controlar la esfera del yoga y van de salvadores de almas con su cargante mezquindad. Quieren regular, etiquetar, contraer, rotular, federar el yoga, y convertirse en los pontífices que deciden quién está capacitado para impartir clases o no.

Este no es un signo de nuestra época, sino de todas, falsarios lanzando el anzuelo con un cebo envenenado para que se lo traguen los incautos. ¡Cuidado con todos estos individuos contra los que previno el mismo Jesús!

Luisa tiene toda la razón cuando asevera que lo importante es cómo es el terapeuta. Toda la razón. Aun la terapia más ineficiente daría juego en manos de un buen terapeuta; aun la más eficiente se convierte en estilete hiriente en manos de un mal o pervertido terapeuta. Terapia: sanar. Pero también: prevenir y ayudar en la recuperación. Era Muktananda quien decía: «Si te vale, vale». Pero cerciorate de que te vale, abre los ojos y discierne. Lo que nos ayuda nos ayuda, lo que nos viene bien nos viene bien. Discierne, cuando elijas cualquier tipo de terapia, sobre el terapeuta y no solo sobre la terapia. Su calidad mental es necesaria, pero no menos su calidad ética y emocional. Hay espacio para todas las medicinas, para distintas terapias, para medicinas oficiales y extraoficiales, pero hay que saber ver y optar, y como dije ya en páginas anteriores, saber cuándo, de acuerdo con el trastorno, hay que recurrir a unas u otras terapias, pero ninguna es la panacea, ni la medicina oficial, por supuesto, y la gente enferma, envejece y muere, desde Buda a Lao-Tsé, desde Mahavira a Ramana Maharshi. De todo ello hablo con Ana Claret, de todo ello hablo con Luisa, de todo ello hablo con Ignacio Fagalde. Me han dicho que fui demasiado terminante en mis referencias a las terapias alternativas, pero lo único que he hecho es alertar, que uno sepa discernir, que se ponga a prueba al terapeuta y que no se cierren los ojos y se pague como si no fuera con uno. Por hacerlo así hay tantos terapeutas, de todas las terapias y condiciones, tan antiterapeutas, incapaces de sanarse ni de una simple diarrea. Poner a prueba al maestro espiritual, sí; poner a prueba al que se manifiesta como terapeuta, sí. Es muy fácil abusar y engatusar a los que están enfermos; son muy fáciles de engañar y vulnerables los que se encuentran mal, y hay no pocos tiburones dispuestos a aprovechar la debilidad o enfermedad de los otros para llenar sus arcas. Discernir: revelar, ver, penetrar, saber a ciencia cierta. Si te vale, vale, pero que te valga, que no te desmoralice y te sustraiga tus ahorros. ¿Y por qué denominarlas terapias alternativas en lugar de terapias complementarias? Si se proponen como terapia alternativa, quiere decir que hay que elegir, optar, engendrar conflicto y descartar. Yo prefiero denominarlas –a las que lo merecen, que no son todas desde luego– terapias complementarias, porque es mejor sumar que restar, complementar que sustraer.

La gente no se corta, y hacen bien, y me preguntan en qué he cambiado. Incluso las personas que me reconocen por la calle y saben de la enfermedad por la que pasé vienen, me escudriñan y evalúan, y al final me dan la enhorabuena y me preguntan: «¿En qué ha cambiado?». A veces frivolizo y respondo: «Soy más guapo ahora, ¿no?». Ya decían los antiguos maestros chinos que no hay nada tan importante como aprender a respirar y a reír..., pero también a reírse de uno mismo. Signo de buena salud mental. Pues, ¿en qué he cambiado? Todavía estoy elaborando, reorganizando pensamientos y emociones, asomándome a mí mismo y tratando de recomponerme. Hay que recomponerse antes que nada físicamente. Cuando la doctora Barquiel me invita a tener paciencia (debería ella haber escrito mi libro *El arte de la paciencia* y no yo, porque ella sí se merece el distintivo de paciente en cuanto a paciencia más que yo), me explica que debo recomponerme y lo hace –como Luisa insistiéndome con la comida– con la convicción de una madre. Según los lamas tibetanos, tantísimas veces hemos reencarnado que todos hemos podido ser madre de otros. ¿Lo habrán sido en otras vidas las personas que tanto me han cuidado? No es para arrendarles la ganancia.

Pues había que recomponerse, y en eso estuve durante meses. Pasar por un episodio así tiene sus ventajas y es que muchos amigos que hacen mucho que no te visitaban lo hacen, e incluso los que eran un poquito enemigos (espero no tener enemigos verdaderos) también se interesan por ti. Y mientras tanto uno va recomponiéndose física y emocionalmente. Diré que vivo mucho más centrado en el presente: esto-aquí-ahora; que mi actitud ha cambiado en muchas cosas y me lo tomo todo de un modo diferente, con mucha más sabiduría, sin el menor estrés, sin preocuparme tanto por los resultados ni hacer tantas diferencias entre lo grato y lo ingrato; que se ha desarrollado mi capacidad de aprendizaje existencial; que vivo mucho más en lo que es y no en lo que pueda ser; que me ocupo en lugar de preocuparme; que apenas me disgusto ni creo fricciones; que funciono más por empatía que por análisis; que tengo otro sentido del tiempo y el espacio; que valoro mucho más a los “coincidentes vitales” (Dios mío, a saber luego cuándo les vuelven a encontrar en las miríadas de eones de las existencias incesantes). Encima, he estrechado los lazos con los seres queridos y he tallado vínculos afectivos mucho más auténticos; se ha intensificado mucho mi amistad con conocidos. ¿No es fantástico? ¿Para qué he necesitado ver túneles y luces al final del túnel si no es para esta existencia, para cada día, para cada momento, porque quiero esa luz que es la de la amistad y el cariño?

Beatriz Barquiel leyó *En el límite* y me escribió:

«Mi más cariñosa enhorabuena por transmitir tanto a pesar de lo dura que para ti ha sido la redacción. Se ha confirmado que el que abre el libro no lo cierra hasta el final. El resultado es el libro abierto de un episodio de tu vida, contado con sinceridad y entrega admirables. Ayudará a muchos a sobrellevar la enfermedad, e incluso a vislumbrar su cara amable. A los que están enfermos, pero también a los que se van a enfermar y a los que están recuperándose. Para estos últimos tu ejemplo es una puerta a la esperanza».

Ese era el propósito principal de esta obra.

Cuando me miro en los ojos profundos y siempre tan elocuentes de Luisa, pienso que ha merecido la pena regresar. Cuando compruebo que el episodio ha estrechado la amistad con mis alumnos, siento que ha merecido la pena regresar. Cuando veo a mis hermanos dichosos porque me estoy recuperando, siento que ha merecido la pena regresar. Cuando Agustín Pániker ha vuelto a confiar en mí para encargarme esta autobiografía del espíritu, siento que ha merecido añadir unos años más a la vida. Cuando abrazo a mis familiares y a mis grandes y buenos amigos, y cuando veo las acrobacias de *Émile* (que se está haciendo muy famoso y algo de vena de estrella sí tiene), y cuando se ve desde mi casa el sol encendido al atardecer, y cuando me doy cuenta del soporte inspirador del *Dharma*, y cuando consigo subir un escalón más corriendo, entonces siento con mucho amor que ha merecido la pena regresar.

La enfermedad es mentora y nos ayuda a vincularnos más profundamente a los seres humanos, sobre todo si tenemos un poco de sensibilidad. Y recuerdo siempre unas palabras que la doctora Barquiel me escribió tras leer el libro: «Desde el velo del sufrimiento es un prodigio lo que nos inspiras, ya que compartes esa faceta íntima con los demás. En tus palabras sentimos esperanza y fuerza arrolladora. Me alegra tanto que un día puedan recibirlas las personas limitadas por la enfermedad». Y si se cuenta con personas que nos aprecian y que nos despiertan el genuino afecto, el sufrimiento es menos sufrimiento y resulta más renovador. Shiva destruye para construir, arrasa la antigua psicología para que pueda surgir una psicología nueva, sin heridas, libre y espaciosa.

Encima de la tarima sobre la que damos clase de yoga físico, hay en la pared colgado un significativo cuadro del gran pintor, que ha muerto hace poco, Juan Antonio Guirado, que me presentó el pintor y escultor Helio Clemente. Además de ser un pintor fabuloso y muy especial, era un hombre generoso y se empeñó en regalarme este cuadro titulado *El*

yogui. Es un yogui en postura del loto, al que se ven todas sus entrañas y, alrededor de él, difusos rostros fantasmagóricos. No me canso de contemplarlo e inspirarme en él. Es el esfuerzo de un yogui por sacar de sí lo más visceral y aguerrido para seguir por la senda hacia la liberación espiritual. Exhala el esfuerzo enorme por vencerse y vencer todas las fantasmagorías y engaños de la mente. Es el punto de quietud en la inquietud, de equilibrio en el desequilibrio, de armonía en lo inarmónico. A algunos alumnos les conmueve tanto este cuadro que evitan mirarlo. Es el poder del meditador aun cuando todos sus cimientos se están viniendo abajo y tiene que afrontar la muerte iniciática para que se abra el Ojo de la Sabiduría. Juan Antonio Guirado ha muerto, y por caprichos del destino yo sigo vivo y miro cada día su obra. En esas vísceras del yogui que el cuadro representa veo el poder interno que nos anima a seguir en la búsqueda de lo Bello, lo Pleno, lo Inmenso. A veces, con toda humildad, me siento a meditar bajo este cuadro tan misterioso y, como cuando era joven, vuelvo a anhelar encontrar un sentido a la vida. Porque el que encuentra sentido a la vida halla sentido a la muerte. Juan Antonio Guirado estuvo en la India y era un amante de la sabiduría oriental. Era un personaje irrepetible, un genio con alma de trovador, bohemio y buscador de lo Inefable. También en el centro de yoga tengo un cuadro de él que es un paisaje zen, y otro que representa a un meditador en el que está despierta la energía *kundalini*.

En fin, entrañables amigos lectores, que solo cuatro meses antes de que yo comenzara en verdad a recuperarme, cuando casi todo el mundo me daba ya por muerto, Luisa, mi amada Luisa (que informaba hasta el agotamiento a todos mis amigos diariamente de mi situación), envió una noche un sms a todos diciéndoles: «En estos momentos, lo único que podemos hacer por Ramiro es rezar». Pero pasaron los meses y comencé a entregarme más que nunca a las clases y a escribir una novela de búsqueda espiritual para la Editorial Kailas. ¿Quién lo hubiera podido decir entonces? Pero cuando empecé a ponerme mejor, cuando la esperanza ya totalmente perdida comenzó a poder recuperarse, Luisa, en el momento en que me retiraron el tubo, envió, alentada, mensajes a los amigos diciéndoles: «Ramiro ha comenzado a hablar como un lorito». Todavía era un verdadero despojo, como salido de un campo de concentración, pero un hálito de esperanza vibraba en el alma de Luisa. Y más cuando vio, confiada, que yo en planta empezaba a hacer mis ejercicios de yoga, y caminaba sin tregua, e hinchaba mis pulmones con el *pranayama* y me sumergía en relajación profunda.

Recibí atentos y cariñosos correos electrónicos de los doctores Figueira, Yus y López-Vélez acusando recibo de mi libro, que han leído con sumo interés de cabo a rabo.

Ya hacía varias semanas que se había publicado el libro y algún mes que yo había dejado atrás el hospital. Acudí a la consulta del doctor Tallón, que comprobó, con la resonancia magnética que me había hecho de nuevo, que prácticamente la romboencefalitis había sido superada. Nos alegramos mutuamente de vernos. Me dijo que había leído el libro. Bromeé y le dije: «Tú eres es el coprotagonista». Replicó: «Bueno, de la parcela que me toca». Reímos. A una joven doctora que estaba en la consulta, le dijo: «Este hombre se ha salvado de una romboencefalitis». Luego me habló de la muerte iniciática a la que se refieren tantos maestros espirituales: morir en vida para renacer a la vida, lo que es dar muerte a la vieja psicología para poder nacer a una psicología nueva y más fructífera. Hizo referencia a Jesús, y yo a tal propósito pensé en algunas de sus significativas parábolas sobre la necesidad de abandonar la mente vieja y encontrar una nueva manera de ver y ser, es decir, la necesidad de transformarse yendo más allá del pequeño ego, para poder fundirse en la Gran Mente, el Padre. Me gustó conocer el lado más humano y personal de Antonio Tallón. Hablamos de la senda de la iniciación y de los aspirantes, y de los adeptos, y de la alquimia interior y verdaderamente transmutadora, y de cómo (ya lo he apuntado, pero insisto) el iniciado que experimenta la muerte iniciática renace como adepto. Le dije que continuaba siendo un aprendiz y que el deber de un aprendiz es seguir aprendiendo. Es un hombre muy familiar, y a pesar de tener poco más de cincuenta años, sus hijos ya pasan de los veinte. Le dediqué con todo cariño a su esposa, Amalia, mi libro *Las zonas oscuras de tu mente*. Nos estrechamos la mano con cariño y me dijo que no volviera hasta pasados varios meses. Pensé: «Las cosas marchan bien». Me dije, el próximo junio no fallaré a Agustín Pániker y podré firmar en su caseta (y lo hice, y hay muchos testigos, porque fue una buena firma).

No está mal esto de renacer y encontrarse de nuevo con los seres queridos a los que uno dio un disgusto de muerte (y nunca mejor empleado el término) y poder volver a deleitar una humeante taza de té de Darjeeling y practicar, cada vez más intensamente, las posturas de yoga mientras *Émile* me mira como diciéndose «y se creará que lo va a hacer mejor que yo», y seguir en la senda del autoconocimiento, reconociendo que el ego es el mayor impostor y la mayor esclavitud, y degustar los poemas de Kavafis, y poder extasiarme con la lectura del libro de mi buen amigo Ángel que se titula *Los amores*

urgentes, y caminar y caminar sin descanso, como hiciera hace meses por la planta del hospital, pero ahora al aire libre, con la vista perdida en el horizonte, el corazón latiendo con fuerza renovada, mirándome en la contagiosa sonrisa de los niños con los que me cruzo y en la mirada profunda de los ancianos que pasan a mi lado. La enfermedad, si se toma con actitud adecuada, y si no nos lleva con ella al universo de lo informe, puede ser como un choque adicional para el despertar y la evolución de la consciencia, y sobre todo, si uno tiene un poco de entendimiento correcto, para percatarse de que «No hay otra cosa que el amor».

Recibí un correo electrónico de María Muñoz, una gran mujer a la que conozco hace muchos años y que es una de las socias fundadoras de Ecocentro. Es de esos correos que a uno lo confortan y motivan. Dice así:

«Te he estado acompañando con tu libro en la mano, y haciéndome partícipe de tu “odisea”. Desde luego, Ramiro, ha sido una experiencia sobrecogedora... Siento eterna gratitud a la vida, a Dios..., por haber permitido que no te fueras, porque te quedaras cerquita para seguir enseñándonos y disfrutando de tu palabra y de tu presencia. Os abrazo a ti y a tu ángel de la guarda, que en esta existencia se ha transformado en Luisa. Os envío mi cariño de siempre y más, y gracias por permitirnos compartirlo. Hasta pronto, amigos».

Y en Ecocentro se celebró la presentación del libro, llevada a cabo por el gran actor Gabino Diego, Beatriz Barquiel, mi editor Ángel Fernández Feroselle, el gran periodista Jesús Fonseca y yo mismo. También en Ecocentro, justo semanas después de que la obra se editase, cené con mis editores, Ángel Fernández Feroselle y Marta Alonso, y mi compañera Luisa, pues cuando se sale de un episodio como el mío, toda cena puede servir para seguir celebrando y disfrutar de los buenos amigos.

Ángel acababa de publicar su último y formidable libro de relatos, al que ya he hecho referencia, *Los amores urgentes*, y Luisa y yo comentamos que todos esos relatos eran tan magníficos que resultaría difícil saber con cuál quedarse si hubiera que elegir el mejor. Hay que leerlos y releerlos, merece la pena.

Durante la cena, mis amigos me preguntaron sobre mi próximo viaje a mi anhelada India y a mi no menos anhelada Sri Lanka. Tenía los billetes de avión para agosto de 2010. No pude ir, por indicación de los médicos. La compañía aérea Qatar se portó francamente mal y nada cooperante. La gerente en Madrid demostró una absoluta insensibilidad y nada de tacto comercial ni humano, ni siquiera quiso ponerse al teléfono. Como dije en mi obra *En el Límite*, negocio es negocio. Hay que morir, y aun

así hay sensibilidades más muertas en vivos que la del difunto. Pero espero volver pronto a Oriente, aunque si es posible no con esta compañía aérea, y espero volver a gozar de la especial vibración de los Himalayas y a continuar en pos de las huellas de la enseñanza budista en Sri Lanka.

—Pues ya sabes, querido Ángel —comenté mientras llegaban los exquisitos postres—, que las compañías aéreas no tienen alma y los bancos no tienen alma.

Sonrió y dijo lacónicamente:

—Las personas, dudoso; los bancos, seguro.

Volveré a la India; volveré a Sri Lanka. Me sentaré de nuevo junto a Baba Sibananda en Benarés y ahora comprobará que ya no soy tan “culo de mal asiento” como él decía al verme ir de aquí para allá. En Sri Lanka seguiré visitando eremitorios perdidos en las junglas donde los monjes buscan liberar la mente de condicionamientos y aproximarse a las inspiradoras orillas del nirvana. Tengo pendiente visitar al monje budista que vive en la jungla y estuvo pacientemente todos los días haciendo una *puja* de dos horas por mi recuperación. Eso es *metta*, amabilidad amorosa, sin conocerme, solo porque soy un ser sintiente que merecía su amor incondicional.

La vida es la gran paradoja. Tiene mucho de acertijo. Es como un laboratorio experimental donde uno se prueba, se explora y trata de conocerse a sí mismo. Todo es un espectáculo asombroso..., y a veces doloroso y muy hiriente. A menudo vienen a mi mente las palabras de Bhartrihari: «Escuchad, aquí, el sonido del dulce laúd, y, allí, la voz de un vivo lamento; aquí se reúnen en congreso los graves doctores y grita allí la turba alborotada de los borrachos; aquí vemos encantadoras doncellas llenas de alegría, allí ancianas vacilantes y marchitas. A cada luz corresponde una sombra. Yo no sabría decir si vivimos en el cielo o en el infierno».

Pero también a cada sombra corresponde una luz. Y en el desafío de la vida uno encuentra el detonante para ir transformando todo en consciencia y abrazar la vida toda ella, porque no se puede fragmentar y menos ignorar. Cada vez que uno se cae tiene que incorporarse. Es la ley de la vida. Y nada es tan poderoso ni ilumina tanto las sombras como el anhelo de encontrar morada en el propio corazón y en el de los demás.

Cada día me siento más agradecido por las innumerables personas que día a día estuvieron pendientes de mí y recurrieron a oraciones, meditaciones, jaculatorias, mantras y la orientación hacia mí de buenos sentimientos y energías. Tú, Ángel García, acompañado de muchas otras, fuiste una de esas personas, gracias. Los buscadores

espirituales queremos encontrar un Sentido. Pero hay que indagar también sobre el que quiere encontrar el Sentido y profundizar en él para quebrar la hipnosis del ego y situarse frente al rostro original, que ni es ni no es, y sin embargo nunca dejó de ser. Mercedes Galiana, mi buena amiga de hace tantísimos años, siempre prudente, también estaba ahí, enviándome sus buenos y profundos sentimientos. Tantas han sido las personas que no he podido citar a todas ellas a lo largo de mi obra *En el Límite*, pero ahora lo hago, con corazón expandido, en esta autobiografía espiritual. De verdad, amigo lector, que uno comprende tras un episodio así que lo peor no es pasar a otro plano de existencia, si se pasa, sino el brutal disgusto que le das a los seres queridos.

A todos nos llegará el último segundo. Entonces se producirá un acontecimiento: la disolución del pequeño ego. El pensamiento de la muerte no es la muerte, pero la muerte viene haya o no pensamientos. Por tanto, vive, que ya habrá lugar para morir. Es la mente conceptual la que teme la muerte como idea. Mientras hay el pequeño yo, la muerte aterra, porque representa su liquidación total. No queremos soltar el cuerpo, no queremos soltar nuestros placeres y miserias, no queremos soltar el pequeño yo dominante y voraz que querría perpetuarse siempre. Pero la muerte vendrá, mas, mientras tanto, lo importante es no dejar de evolucionar conscientemente, procurarle un sentido a la vida y vivir en plenitud, pues vale más un día pleno en la vida de la persona que millones de días sombríos y desertizantes. Lo que tenemos que comprender y vivenciar en lo más profundo es que, como decía Nisargadatta, «la vida misma sin amor es un mal», pero que la vida con amor es una experiencia inmensa, profunda, apabullante incluso, pero que solo entonces adquiere su Propósito y su Sentido.

Nunca podrá comprender el que no ha pasado por ello hasta qué punto tuve que trabajar sobre mi cuerpo para poder volver a ir dominando de nuevo las técnicas del yoga. Mucho *pranayama* para poder ampliar una caja torácica que parecía la de un gorrión; muchas posturas para poder flexibilizar un cuerpo que parecía una barra de hierro. ¡Y eso que era el cuerpo de un yogui, trabajado durante cinco décadas!, pero de repente quedó reducido a una ruina. Hice muchos *mudras* y *bandhas* para reorganizar y regular de nuevo mis energías, para despejar mis canales pránicos de tantas impurezas y poder ir consiguiendo que los órganos que fueron “arrasados” volvieran a funcionar adecuadamente. Es que (y lo comprenderá mejor el practicante de yoga) ni siquiera podía al principio hacer la postura de la cobra o de la pinza (que habré hecho decenas de miles de veces) o mantener las posiciones de equilibrio, pues tal era la descoordinación

de mi cuerpo. Pero si alguien que he conocido era un gigante de la voluntad, era mi padre. Algo de él en ese sentido he heredado, y gracias a ello comencé a superarme en la medida de lo posible. Una vez más comprendí de primera mano que el secreto está en el *sadhana*. Bueno, y cuando me pongo a hacer yoga, a mi gato *Émile* le encanta y a veces quiere emularme. Y la verdad es que el *sadhana* psicosomático se torna más fácil en su compañía. Como me dijo una vez mi amiga Mercedes Castro (que tiene dotes de psiquista): «Quien más te quiere es tu gato, porque no te juzga».

Traté de ejercer como implacable detective para ir sabiendo hasta qué punto realmente había estado enfermo. Durante los primeros meses tras salir del hospital me dediqué sobre todo a trabajar intensamente sobre mí mismo, para ir superando las pequeñas secuelas que me habían quedado e ir conciliando el que era antes de la enfermedad y el que era después, pues sentía una gran distancia entre uno y otro, y muchas de las pautas, patrones y puntos de vista del anterior ya no le servían al que se había acercado a la línea divisoria que separa la vida y la muerte y había regresado, convirtiéndose en lo que en algunas tradiciones se llamaba “el que ha retornado”.

Tuve que ir haciendo un gran trabajo de introspección para conciliar y amistar a esos dos gemelos, entendiendo que seguramente ya no era ni uno ni otro, y que esa conciliación daría lugar a una tercera persona. Fue un trabajo de reorganización psíquica y desarrollo del discernimiento para verme como era, nada fácil, puedo asegurarlo. Tampoco lo fue en otro terreno trabajar con el cuerpo, pues al principio al ejecutar muchas *asanas* me desequilibraba, y al practicar el *pranayama* sentía que no me entraba lo suficiente el aire. ¡Qué decir de la práctica de algunos *bandhas* o llaves neuromusculares! Yo que las había dominado en alto grado, era como si no las hubiera ejecutado nunca.

Pero lo que más me interesaba era tener las opiniones objetivas de cuál había llegado a ser mi estado en realidad, aunque los familiares y amigos tenían la impresión de que había estado más para allá que para acá. Para recomponer toda mi perspectiva sobre lo acontecido y lo que me estaba sucediendo en ese proceso difícil, casi de rompecabezas, y poder irme recomponiendo, tenía la necesidad de conocer juicios objetivos sobre el que había sido mi estado verdadero, aunque yo sabía por mi experiencia más honda que había estado en la línea divisoria entre la vida y la muerte, viviendo las atroces imágenes del *pre-bardo* y alucinaciones tan vívidas e intensas y tan dolorosas que, de hecho, después, dije durante días que no me había merecido la pena vivir. Pero sí que mereció la

pena, porque fue la forma de evitar un gran sufrimiento a Luisa y a mis seres más queridos, por lo que las fuerzas biofílicas dentro de mí vencieron a las necrofílicas, que durante días llevaban la delantera. Debo decir que mientras estuve tan enfermo, mi leal e incondicional amigo Juan Castilla se hizo cargo de muchos de mis asuntos, siempre tan generosamente como él suele hacerlo, por lo que, aunque se lo diga a la gente bromeando, no es una broma sino una realidad: es mi segundo cerebro, y a veces ha tenido que ejercer de primero.

Ya el doctor López-Vélez, siempre tan gentil y generoso, me había dicho sin ambages que muchos días se había temido realmente por mi vida. Pero mientras estaba llevando a cabo un proceso riguroso por recomponerme físicamente, poder volver a ejecutar todas las técnicas del *hatha-yoga*, autoanalizarme y examinar mis sueños, profundizar en mí mismo mediante técnicas de autoinmersión e indagación *nidra-yoga* y *vichara*, escribí a los doctores Antonio Tallón y Juan Carlos Figueira para preguntarles, directamente, cómo había estado en los malos momentos. Ambos me escribieron coincidiendo en que había pasado por una situación de extrema gravedad, y de modo bien elocuente el doctor Figueira, sin andarse por las ramas, me dijo: «Creíamos que te ibas zumbando de la UCI». Curiosamente, luego obtuve una lucidez mental de la que nunca antes había gozado hasta ese grado. Y a veces la lucidez, sí, es como una daga muy afilada que hay que saber cómo enfocar, pero solo mediante el discernimiento supraconsciente podemos ganarle la partida a *maya* y tratar de desenmascarar sus artimañas y trucos y poder utilizar a la misma *maya* para ir más allá de *maya*.

19. En el umbral de lo incognoscible

Hermann Hesse escribió: «Es preciso sustituir los ídolos por un credo». Yo me digo a mí mismo: «Es preciso sustituir los ídolos por una experiencia», o sea, la práctica. Desde siempre, quizá por haber sido aquel adolescente y joven tan atormentado, he perseguido sin tregua la paz interior, pero aún más tras la enfermedad, y en la medida en que sumo años (y no quiero ser, siguiendo el símil de Buda, como un buey engordando en kilos pero no en sabiduría) pongo todos los medios para ir afirmando ese sosiego que ya desde hace tiempo comenzó a florecer en mí. Ese sosiego hace posible la claridad de mente que conlleva la lucidez y la acción idónea. Así, por un lado, chequeo cada día los factores tendentes a sustraerme la paz interior y, por otro, me sirvo de la “farmacopea” riquísima del yoga y las sabidurías de Oriente y Occidente para propiciar el estado de calma.

Los factores que nos roban la paz interior, y que reviso muy a menudo en mí mismo y comparto con mis alumnos, son la imaginación incontrolada, la memoria psicológica, las emociones insanas, los condicionamientos psíquicos, la dispersión mental y el binomio aborrecimiento-apego. Hay, pues, que cambiar muchas actitudes. Hay quien se pregunta si ese esfuerzo, si esa proeza de envergadura, merece la pena, y la contestación terminante es que sí, pues posibilita que nos sintamos mejor y podamos compartir ese bienestar con los demás, además de darnos una lucidez mental que, aunque a veces es hiriente como la daga más afilada, nos permite ir más allá de nuestra robotizada estructura egocéntrica y tener una consciencia más ancha y profunda. Pero hay que tener claro que con el pensamiento ordinario, tan sobrevalorado en Occidente, podremos conocer lo desconocido, pero nunca lo incognoscible. Para eso necesitamos otros instrumentos mentales.

A lo largo de un año, de junio de 2010, que fue cuando salí del hospital, hasta el verano siguiente, tuve que poner no poca energía y atención en terminar de recuperarme. Hay personas que habiendo padecido mi trastorno han demorado hasta tres años en el restablecimiento completo. Ese año fue muy fructífero en muchos terrenos, no solo en el

trabajo interior, sino también en las clases de meditación, en conversaciones con otros buscadores espirituales y en escribir un gran número de reportajes para revistas y periódicos. También se reeditaron varias de mis obras, y escribí *En el límite* y, después, una novela de Búsqueda. El doctor Antonio Tallón fue la primera persona a la que se la di a leer, y él me escribió para decirme que “enganchaba” y que los personajes eran encantadores, pero que le había resultado especialmente interesante el de la chamán andina, Eleuteria, tanto que me preguntó si existía o no, pero de momento, querido Antonio, dejo esto en el terreno nebuloso del misterio.

Esta novela se titula *En busca de la paz interior*. Mi buen amigo Antonio Tallón (nadie como él sabe dar orientaciones para cómo y cuándo visitar la Alhambra y conectar con su esencia) la ha releído y me ha escrito para decirme: «He releído tu libro casi a la carrera, sin poder soltarlo, indicativo del alto contenido en el trabajo intelectual que es poder expresar lo inexpresable con palabras comprensibles. He podido apreciar tu grado de evolución en tu trabajo mental, y he sentido una gran alegría interior; espero que lo que das en tu libro llegue al sitio correcto y que fecunde, que despierte a la Serpiente. Mi querido Ramiro, gracias por escribir esta obra». Debo decir que la correspondencia que asiduamente mantenemos mi buen amigo granadino y alma noble y yo me resulta siempre inspiradora y reveladora, porque él vierte en sus palabras sabiduría, o sea, la perfecta combinación de conocimiento y amor.

Desde hace tres años estoy a la espera de que Martínez Roca edite mi novela *La Devadasi*, pero como ellos también han reeditado varias de mis obras en su fondo, se ha retrasado la publicación. Todas las novelas que he escrito son en primera persona, evidenciando así hasta qué punto me siento identificado con el personaje que no deja de rastrear enseñanzas para completarse interiormente y darle un sentido a la vida.

Durante los meses que siguieron a la listeriosis, o lo que fuera o fuese, he releído muchas obras que para mí han sido siempre confortadoras y a su modo reveladoras. Como decía Nyanaponika Thera, ese gran sabio que tuve el honor de entrevistar en varias ocasiones, un buen libro puede ser un maestro. Algunas de estas obras las he reseñado en mi libro *Obras imprescindibles de la espiritualidad*. He llegado a publicar en cinco o seis revistas mensuales mis trabajos, y ya desde hace cuatro años, debido a la confianza que en mí depositó mi buen y querido amigo Jordi Jarque, estoy con mi sección «Sí, puedes» en *La Vanguardia* todas las semanas. Creo que todo lo que

podamos hacer por difundir el verdadero espíritu de las sabidurías de Oriente y Occidente es necesario.

La oportunidad se me ofrecía a pedir de boca en cuanto a poder tener un interlocutor con conocimientos científicos y espirituales o como queramos expresarlo. Ahí estaba Antonio Tallón, a quien, durante meses, he “acribillado” (y que me perdone, porque sé lo ocupado que está) con mis comentarios y preguntas. Si hubiéramos seguido el común sistema epistolar de antes del envío de correos electrónicos, le hubiera dado más tiempo a respirar. Y es que es bien cierto que el que “tuvo, retuvo”, y como ya desde niño siempre que he encontrado a alguna persona de la que sacar inspiración y conocimientos me he abalanzado sobre ella, sigue saliéndome al paso ese hábito inveterado e incorregible, o sea, el de poder entrar por alguna de las puertas innumerables de la mente de aquellas personas que saben y tienen mucho que decir, para seguir obteniendo pistas.

Me he ganado a veces fama de incrédulo y descreído, incluso de “mata-ilusiones”, sí, pero es porque no creo en placebos, ni en engaños, ni en credos o palabrería, ni en enseñanzas que no se puedan conducir a la vida diaria, ni en creencias que no sean personalmente verificables o experienciables, ni en toda clase de supuestos que a veces rayan en el delirio. Pero creo firmemente en esa sabiduría milenaria que ha florecido en todas las épocas y latitudes, y en las enseñanzas y métodos de las personas de mente realizada. Las enseñanzas tienen que convertirse en una técnica de vida y la meditación, en un arte de vivir. Si hoy no cambiamos nada en nosotros, ¿acaso mañana despertaremos siendo diferentes?

Si la autorrealización es súbita o gradual, es una absurda discusión. Si hay o no hay Dios o alma o no alma, es pasto para polémicas de mentes diletantes o dogmáticas o demasiado condicionadas. Si por buscar el último sentido perdemos el sentido de cada momento, es mejor no buscarlo. Si creemos que el pensamiento ordinario o incluso el científico nos van a permitir dar el salto que nos llevará más allá del umbral de lo Incognoscible, no avanzaremos una pulgada en la senda interior. Si nos extraviarnos como muchos psicólogos transpersonalistas en nuevos conceptos y presupuestos y enredos dialécticos y utilización de vocablos más que difusos o realidades supuestas más que sospechosas, volveremos a enredar la maraña. Cada cual debe explorar vías para llegar a su propia vía. De lo que no hay duda es de que ante el umbral de lo Incognoscible es necesario desenmascararse, por doloroso que sea, superar los

autoengaños y debilitar el ego, manteniendo el ánimo presto para que la Sabiduría nos muestre aunque solo sea una infinitesimal parte de su rostro. Con eso ya podemos sentirnos muy afortunados. Y no nos dejemos llevar por racionalizaciones que nos meten en un callejón sin salida o por debates irrelevantes. Mientras unos polemizan, otros caminan raudos hacia la libertad interior. Antes de su muerte, Buda nos previno, como lo haría cualquier mente realizada: «No intentéis entrar con el pensamiento en lo impenetrable; el que interroga se equivoca, el que responde se equivoca».

Ante el umbral de lo Incognoscible, hay que abandonar, por mucho que cuente o mucho apego que uno le tenga a este, el baúl de los conceptos, las comparaciones, las ideas, los prejuicios y sobre todo la autoimportancia. Y así, después de mucho buscar, lo que buscamos nos encuentra.

Al darle la bienvenida con lucidez y ecuanimidad a lo que va sucediendo, siempre estamos en el aprendizaje incesante, y entonces no hay lugar ni para las falsas expectativas ni para la frustración. He tenido que volver a aprender tras la enfermedad a ejecutar las técnicas del yoga, a recomponer mi visión mental, a tomarle el pulso a la lectura y la escritura, a mejorar la calidad de las clases y a fortalecerme, porque la pérdida de tonificación muscular y la desnutrición eran apabullantes. Pues así he tenido ocasión de sentirme más pleno, sosegado, motivado y renovado. O sea, que seré un aprendiz hasta el último día de mi vida, sin incurrir jamás en el perverso juego narcisista (en el que caen no pocos que se llaman “gurús” en el ámbito espiritual, gurucillos/as) de “yo sé y tú no sabes”. Ante el umbral de lo Incognoscible solo saben los que han dejado su ego en la estacada y son alumbrados por “la nube del no saber”. No sabiendo, saben. Si algo tiene sentido, es la Búsqueda por sí misma. No dejemos de estar en el aprendizaje, con una mente nueva, que sabe tomar y soltar, amar sin apego.

20. Matar el loro que llevamos en la cabeza

Sigo mi vida cotidiana, intensificando el trabajo interior y tratando de retomar otra vez con la mayor fidelidad e intensidad posible las técnicas del yoga. La verdad es que con la edad que tengo ya no hay tiempo que perder y está en mi ánimo intensificar cada vez más el *sadhana*. En la medida de lo posible he cumplimentado los compromisos que dejé en el aire debido a mi enfermedad, que eran un buen número de talleres por toda España y firmas con Fnac, pero no he podido todavía satisfacer, ¡y cómo lo siento!, los compromisos que tenía con mis buenos amigos y excelentes profesores de yoga de Las Palmas, Bienvenido y Miguel Ángel, que habían organizado una conferencia para ochocientas personas y un taller de meditación en un antiguo monasterio. Espero en su día poder recompensarlos.

No es que tuviera síndrome de Estocolmo, lo aseguro, sino que sentía especial cariño por mi amigo granadino Antonio Tallón y no quería dejar de relacionarme con él. No tenía ni idea de su afición por el yoga hasta que le escribí un afectuoso correo electrónico y me contestó contándome acerca de su interés desde muy joven por el yoga. O sea, que se me abría la oportunidad preciosa de seguir en contacto con él y, más aún, de poder tenerlo como interlocutor muy inspirador, dado que subsume en sí mismo ser un excelente neurólogo y un consistente buscador de la Sabiduría. Y así hemos comenzado, desde hace más de un año, un fecundo intercambio de correos electrónicos (que años atrás hubiera sido de cartas), donde él me hace algunas preguntas, pero yo, menos discreto, le hago tantas como se me ocurren. En uno de esos correos me escribió: «A ver si un día comemos juntos». Y no comimos juntos, pero comenzamos a reunirnos, aunque fuese de tarde en tarde, para cenar o merendar.

Escribí a Antonio para comentarle que de acuerdo con Krishnamurti el estar muy atento, muy consciente, a cada momento, sin dejarse arrastrar por las acumulaciones de la mente, podía llegar a modificar el esquema cerebral. Krishnamurti llegó a aseverar que mediante el discernimiento puro se podían mutar las células cerebrales. Le dije a

Antonio que parecía ciencia ficción, en cierto modo, y que me gustaría conocer su opinión, doblemente valiosa como riguroso neurólogo que es y como conocedor de las sabidurías de Oriente. Me contestó:

«Sobre lo de Krishnamurti lo creo factible y no de ciencia ficción. Hay una estructura cerebral predefinida, de fábrica, que ya viene preparada para funcionar de una forma y por eso aprendo a caminar, vestirme, hablar, hacer cosas..., y se desarrolla una alta especialización en cada campo, pero todo está gobernado por la atención. Sin atención no se hace nada. Hay una atención focal, una selectiva y otra alternante, que desarrollan las diversas actividades conforme van necesitándose. Krishnamurti nos habla del desarrollo consciente de una preatención. Yo, como yogui, puedo suprimir los sentidos, pero además quiero avanzar y tengo que suprimir mi interior parlante e ideatorio... “matar al loro que llevamos todos dentro de la cabeza”. Así se generaría un estado de hiperatención consciente, se mejoraría todo, y esto supone un cambio de estructura o una mejora en el funcionamiento de las existentes. En esencia, se llegaría a una “hiperconsciencia”, pero por la vía de la hiperatención».

Cuando le envié un artículo que había salido sobre las últimas investigaciones llevadas a cabo con meditadores mediante la utilización de la resonancia magnética, me escribió:

«Muy interesante el artículo sobre meditación. Se está investigando intensamente sobre las diversas funciones cerebrales. La resonancia magnética funcional está demostrando que los neurólogos viejos, que topografiaron el cerebro sin recursos, no estaban en un error. Lo que se ha visto mucho mejor es la capacidad plástica cerebral y la reubicación de funciones cuando los lugares codificados genéticamente se lesionan... Interesante. Observa que la localización de la meditación está en áreas del cerebro límbico, el cerebro de los sentidos y de las emociones, el cerebro animal (curioso) y no se encuentra en áreas más “nuevas”, en el neocórtex. Pudiera ser que la meditación sea una función primitiva desde el punto de vista ontogénico, incluso, quién sabe, puede que hasta los animales la realicen, en el sentido de la localización funcional que tiene».

Los pensamientos automáticos, y lo he comprobado experiencialmente sin descanso, son los que surgen como reacciones en la superficie en la mente de todos esos *samskaras* que nos esclavizan y generan un núcleo de caos y confusión en el exterior. Cuando el pensamiento cesa en su frenesí, aunque sea durante un fugaz instante, uno siente paz. Hay diversos métodos para hacer posible esa suspensión temporal, pero de todos los maestros a los que yo he preguntado, tanto teístas como ateos, de diferentes tradiciones, la mayoría han convenido en que la vía más directa y más segura, que no la más rápida ni cómoda, es la meditación, agrupando este término a muchas técnicas de silenciamiento y cultivo mental, que van desde la concentración a la reflexión consciente, o la oración alerta, o la contemplación, o la percepción de los procesos psicosomáticos, o la autoaveriguación. Pero como el occidental necesita a menudo

comprender intelectualmente lo que hace y para qué lo hace, es conveniente explicarle bien la técnica y alcance de la meditación. Esto también me influyó para asistir al Congreso Internacional de Yoga en Guayaquil y extenderme sobre este tema.

Tenía pensado viajar sin falta a la India y a Sri Lanka en agosto de 2011. Deseaba, sobre todo, volver a Majuli, la isla fluvial más grande del mundo, en el río Brahmaputra, y donde pasé hace años días de gran quietud, visitando los veintidós monasterios con culto a Vishnu que existen y donde por la noche contemplaba, admirado, las danzas yóguicas de monjes y novicios. Quiero antes que nada visitar al monje que en las montañas de la región de Kandy estuvo haciendo *pujas* y visualizaciones dos horas diarias para mi recuperación. No querría morirme desde luego sin ir a tocar sus pies en señal de respeto y agradecimiento. Tampoco puedo dejar de ir a abrazar a Baba Sibananda y llevarle los últimos libros donde he ido haciendo referencias a él o incluyendo sus palabras. Además, y aunque ya visité algunas zonas peligrosas durante la guerra que por tantos años se prolongó en el antiguo Ceilán, me falta ir a otras de Sri Lanka a las que era imposible acceder, por ser bastiones tamiles. Me da pena que se hayan llevado las ocas del lugar en el que se sentaba Baba en Benarés, como me han dicho, pues resultaban muy divertidas y tenían una misteriosa predilección por los cabellos de Luisa y por picotearle, cariñosamente, la cabeza cada vez que se sentaba junto al Babaji.

Pero cuando estaba a punto de sacar los billetes para Oriente, recibí un gentil correo electrónico de un profesor de yoga llamado Gustavo Plaza, que vive en Guayaquil, y allí da clases, y que también es un entusiasta de la India y ha viajado allí para entrevistar a maestros y reunirse con *sadhus*. Edita una revista de yoga desde hace años y me explicó que trataba de difundir el verdadero yoga, harto ya de tantos pseudoyogas o sucedáneos. Por esa genuina motivación, se disponía a organizar un congreso en Guayaquil, donde acudirían aspirantes y practicantes de distintas partes de Hispanoamérica. Me solicitó en varias ocasiones que fuera, pero una y otra vez yo me resistí. Era tan persistente como la nieve cayendo sobre la gran rama de un árbol, que al final termina por ceder. Y al final yo cedí.

Aunque muchas veces había sido invitado a dar conferencias en Argentina y en otros países de Hispanoamérica, como siempre iba a Oriente, no había visitado esas tierras. Era una oportunidad. Y con su afán y amabilidad, Gustavo, que además es un surfista excepcional, supo enredarme en su “ola” poniéndome el cebo de que así podría viajar

luego a uno de los lugares más bellos del mundo: las Galápagos. Ya no podía resistirme. Me había vencido con tres claves: su cariño y persistencia, mi intervención en el congreso con dos ponencias, y el desplazamiento a las islas Galápagos. Me quedé, eso sí, con las ganas de ver surfear a Gustavo, pero todos, de algún modo, somos surfistas sobre las olas, incluso sobre *tsunamis*, de la vida. Buena mezcla, Gustavo, *hatha-yoga* y surf, y por supuesto meditación.

Hay un ser al que quiero mucho y que me cuesta no poco trabajo abandonar. Tengo que revisar mi dosis de apego hacia esta criatura que se llama *Émile*. Ahora voy a contar rápidamente cómo llegó a mi vida y así yo a la suya y cómo hemos terminado siendo amigos del alma. Es un ser muy misterioso y difícil de descifrar, aunque a veces yo coloco durante unos minutos mi frente sobre la suya y trato de leer sus sentimientos. Es un gato de la raza angora turco, blanco como el algodón y con llamativos ojos ambarinos, como los de Baba Sibananda. Resulta que pertenecía a un gitano, que se desprendió de él porque también tenía un rottweiler y optó por el perro. Iba a abandonar a *Émile*, pero por fortuna lo cogió un joven que se hizo cargo de él como pudo, pero no de la forma más apropiada. Luisa, antes de mi enfermedad, durante muchos meses, me ofreció traerlo a casa, pero me negué en rotundo. Si el gato dependía de mí, yo dependería de él. Mientras yo estaba en la UCI, Luisa (¿será esto nocturnidad y alevosía?, bromeo) trajo a *Émile* a nuestra casa, así que cuando yo llegué al piso, allí estaba *Émile*. Enseguida congeniamos; de hecho, esa misma noche ya durmió en mi cama, apoyada la cabeza sobre la pierna en la que sufría acentuadamente parestesia. O sea, que pretendía convertirse en mi gato-sanador. Además, unos días después, de repente, comienza a pasarme la pata por la coronilla de la cabeza, como si pretendiera hacerme *reiki*. Siempre me mantiene la mirada, incluso cuando le pregunto «¿Y tú quién eres?», y así nos estamos comunicando, en un lenguaje que yo no termino de captar, durante muchos minutos.

Cuando Sánchez Dragó tuvo la gentileza de dedicar un programa de los suyos en televisión de más de una hora para hablar sobre mi libro *En el límite*, también nos referimos a *Émile* y a los gatos en general, pues él tiene varios y también le resultan animales fascinantes.

Pero hube de separarme casi dos semanas de *Émile* para partir hacia Ecuador, sin sospechar que en ese tiempo iba a sufrir una ruptura de la cabeza del fémur y una osteomielitis, y estar al borde de la muerte. Antes yo, después él. Para que no se

preocupe el lector amante de los animales, ya está perfecto, haciendo el *savasana* (“relajación profunda”) como nadie, degustado “éxtasis” que ya quisiera yo, y explorando con renovada curiosidad todo lo que se cruza en su camino.

¡Guayaquil! Aterrizamos al atardecer. Nos recogen en el aeropuerto Gustavo Plaza y Gisella Gandolfo, y al momento me doy cuenta de que se trata de dos personas encantadoras, de corazón e inteligencia, amantes del verdadero yoga, deseosas siempre de agradar. Me alojo en el Hotel Orilla del Río, que es una casa muy acogedora, pues lo era como tal hasta que sus dueños decidieron convertirla en un hotel familiar y con encanto. En el hotel, me dicen, ya se está alojando también Baptiste Marceau. No tardaré en referirme a él. El establecimiento tiene un patio muy acogedor en el que poder hacer *pranayama* y meditar. Al congreso asisten diversos especialistas, y yo tengo encargado intervenir en la presentación y luego llevar a cabo dos ponencias.

Antes del congreso aprovecho para conocer Guayaquil, a pesar de que todo el mundo, todo, me insiste en lo mismo: «Mucho cuidado. Es muy peligroso. No callejees ni de día. No cojas un taxi por la calle. Llámalo siempre por teléfono». Desoigo todas esas serias e insistentes advertencias y callejeo por el centro de Guayaquil, frente al malecón, pero voy alerta, tenso por tantas admoniciones. Y es que en verdad se ha tornado una ciudad peligrosa, y eso hace que la forma de vida sea, en lo que respecta a mi sentir, espantosa. El que no tiene medios cuando habla del que los tiene dice «este es de los otros», y viceversa. La vida se hace en enormes centros comerciales, que abundan hasta la saciedad, y en restaurantes o urbanizaciones estrictamente vigiladas. La vida de los acomodados, obviamente. Y los acomodados, por temor a ser asaltados, en toda su vida, pero en toda, nunca han cogido un autobús o entrado en una tasca del centro o paseado por los barrios. Y es que el atraco está a la orden del día, pero por fortuna, según me dicen, sin violencia física. Vivir así constriñe, limita, asfixia psicológicamente. Jamás me haría a una forma tan artificial de vivir.

Un día antes del congreso, por suerte, pasamos un jornada inolvidable en una playa que está a unas tres horas de Guayaquil, adonde nos ha llevado David Pérez McCallon, entrañable persona, galerista, que tiene allí una casa a pie de playa que me recuerda a alguna de Sri Lanka. Tras el congreso, David y su esposa Hellen Balarezo nos llevan a Cuenca, pasando por la reserva andina de Cajal, y sosegadamente recorreremos esta hermosa ciudad en cuyas soleadas plazuelas hay gentes andinas con sus típicos atavíos. Las mujeres me recuerdan a las de Ladakh. Hablamos mucho de la India, pues David y

Hellen partirán pronto para allá. Son practicantes de yoga en el *ashram* donde imparte clases Gustavo, junto al río, en un lugar muy apacible, y donde se levanta, dentro del *ashram* mismo, una bonita iglesia, en Guayaquil.

Durante tres días se celebró el congreso, que fue muy concurrido y muy intenso en actividades. Gracias a él, tuve ocasión de hacer muy buenos amigos, como el mismo Gustavo Plaza y toda su familia, y una gran amiga de él, que es una verdadera hada, Gisella Gandolfo. También un encantador matrimonio, practicante de yoga y amante de la India, Lorena Treviño y Xavier de Game. Ella llevaba años leyendo mis libros. Es sutil, hermosa, adorable. Todos en Guayaquil fueron extraordinariamente hospitalarios y me mostraron su gran corazón.

Cuando me levantaba por las mañanas en el hotel para desayunar, ya tenía ocasión de ver a Baptiste Marceau haciendo un minucioso calentamiento en el patio para llevar luego a cabo las posturas de yoga dinámico. Desayunando apaciblemente en su compañía, enseguida surgió entre nosotros un vínculo de afecto profundo. Ya habíamos asistido a sus clases en el congreso y visto el modo en que trabajaba el cuerpo. Ha viajado por toda Hispanoamérica impartiendo clases. Es como un *baul*. No le gusta atarse, aunque tiene ilusión por terminar abriendo su propia sala de yoga, y quiere hacerlo en la selva andina, que me dice que es como la India de hace dos mil años. Pero piénsatelo, Baptiste, porque yo no he tenido hijos para no encadenarme, y me eché de algún modo un buen grillete cuando me consagré al centro de yoga que fundé. Ahora eres libre como un pájaro, de aquí para allá, a tu manera un *sadhu* errante, un mentor nómada.

Baptiste es hijo del que ha sido el mejor mimo del mundo: Marcel Marceau, que obtuvo, con toda justicia, reconocimiento mundial. Pero su enfermedad fue larga y Baptiste tuvo que hacerse, con paciencia y mucho amor, cargo de su padre. Está en sus genes, sin duda, su capacidad para el mimo, y hubiera sido un gran intérprete si se lo hubiera propuesto, pues cuando habla es sumamente expresivo con los gestos. Me pregunta por la que fue mi enfermedad y si alguna vez he tomado ayahuasca, y le digo que no, aunque muchas veces me lo han propuesto. Me ha costado mucho armonizarme como para entrar en nuevas experiencias de ese tipo; es como cuando hace muchos años a uno de mis editores que publicaba a Castaneda, este le dijo que me dijera que yo me propusiera desestructurarme, y en broma le contesté que no había estado toda mi vida tratando de equilibrarme para echar todo por la borda y desequilibrarme. Me dice

Baptiste que estamos volviendo al chamanismo para retomar el contacto real con la naturaleza y, luego, me hace muchas confidencias que obviamente encierro en la caverna de mi corazón y le agradezco infinito. Me despierta un hondo cariño e incluso ternura, porque no es fácil la vida por la que ha optado, y se mantiene así en la senda de la guerrería espiritual. Aunque él se siente muy satisfecho con el camino. En una ocasión me dijo: «Me siento muy afortunado de haber logrado esta libertad de estar sin apego; tengo muchas casas y no tengo ninguna; lo tengo todo y no tengo nada. Pienso que la vida del ser humano está programada, si uno cumple bien con su *Dharma*, y entonces todo llega a su tiempo, adecuándose a su necesidad. Solo hay que permanecer claro en lo que realmente quieres. Estamos viviendo unos momentos muy cruciales en la transición de la humanidad, se están cayendo muchas máscaras, a la vez que hay una tremenda “burdez” material, pero también un despertar espiritual muy grande, y en esta dualidad que se manifiesta tenemos que seguir caminando».

Una vez ya en España, me envió un *mail* que decía: «Fue un placer y un honor conocerte, así como a tu mujer, Luisa. Eres un verdadero buscador en este camino arduo que es la búsqueda de la esencia de la vida». Y en otro me aseguraba: «Entramos, sí, en una gran transición. Todas las religiones están obsoletas y van a caer. En lugar de unir, nos han separado de la unión con el Ser, que lo impregna todo».

Antes de regresar a España, pasamos unos días en dos islas de las Galápagos: San Cristóbal y Santa Cruz. Tanto Luisa como yo amamos profundamente a los animales y fue una ocasión de oro para acercarnos a ellos y comprobar que, como allí están totalmente protegidos, no conocen el miedo, y las aves te salen al paso y se plantan frente a ti con toda tranquilidad. ¡Qué placer haber podido meditar en los tibios atardeceres, en las playas cuyas blancas arenas estaban saturadas de lobos de mar!

Y como todos nos movemos por misteriosas afinidades y desafinidades, que son como “radiaciones” que nos acercan o nos alejan, conocí en esas paradisíacas islas volcánicas a una gran buscadora espiritual que dirige una ONG para ayudar a niños discapacitados y que es una gran practicante de yoga. Tracy es su nombre, y en esas noches silenciosas en la isla de Santa Cruz pudimos intercambiar muchas impresiones sobre la evolución de la consciencia y la necesidad de las enseñanzas prácticas que aporta el yoga. Es una gran mujer.

He visitado a *Jorge*, el pobre y anciano *Jorge*, la tortuga más antigua del mundo, que como dice Tracy, que la visita muy a menudo para confortarla y comunicarse con ella de

corazón a corazón, arrastra muchos traumas, porque tuvo que ver cómo miles de sus compañeras fueron heridas de muerte y masacradas. Tiene doscientos años, y también ella es víctima de los *samskaras* y quizá, no lo sabemos, hasta tenga su forma de yoga para sanarse. Estoy seguro de que mi gato *Émile* la tiene. En una ocasión en la que le hablé de él a Antonio Tallón, este me dijo: «Es como tú, pero percibe más que tú». Si un día evolucionamos lo suficiente, no seguiremos causando el brutal holocausto de criaturas infinitamente más inocentes y más desprendidas que nosotros.

En los bellos amaneceres de las Galápagos, cuando ejecutaba el *pranayama* matutino, era como si dentro de mí penetrase el aliento de todo el cosmos y se repartiese por cada una de mis células, gritándome que todos formamos parte de una gran familia de criaturas sintientes. Sí, ciertamente, como dice Baba Sibananda, somos los dedos de una gran mano, aunque no creamos en un regente divino ni en una inteligente potencia cósmica ni en una Mente Única. Si algo he aprendido, es que las creencias más estancan que nos hacen avanzar. Tampoco veo nada claro lo de la teoría de la evolución de Darwin, hoy en día tan admitida y poco contestada, pero que deja en el aire infinidad de preguntas sin respuesta. No obstante, fueran cuales fueran nuestros orígenes, uno vive y hay que darle a la vida un sentido de autodesarrollo y plenitud, agradecidos en cada momento por poder sentir a los seres que sienten y poder abrazar a los seres que amamos.

Epílogo

Es muy difícil hablar de uno mismo y más de las propias pesquisas, experiencias, devaneos y propensiones espirituales o místicas. Por eso he tardado tantos años en desnudarme de esta forma y volver a escribir (tras *En el límite*, mi obra más intimista) un libro tan personal. Cuando le comuniqué a Antonio Tallón que había hablado con mi editor Agustín Pániker de esta posibilidad, me dijo: «Interesante lo de la proposición de realizar una autobiografía espiritual; es como sentirse flor cuando se abre y deja al descubierto lo más profundo de su ser y lo que da sentido a su existencia. Interesante y muy compleja, porque ¿por dónde empezamos? Yo me he imaginado en esta tesitura, y de verdad, da escalofríos. Las cosas del espíritu son tan complejas y a la vez tan simples».

Uno no sabe en una obra de este tipo lo que ha dejado de poner y debería haber puesto, o lo que ha escrito y no debería haber escrito. Sí, las cosas del espíritu son tan complejas y tan simples..., y tan difíciles de transmitir incluso a amigos espirituales y a caminantes de la senda hacia la Plenitud. Todas las palabras son insuficientes. Por eso ha llegado el momento de callar, pues a lo que está más allá del conocimiento ordinario no se puede llegar con palabras. Gracias.

Madrid, 2 de enero de 2012

Apéndice

Pasaron haciendo el bien

El eficiente equipo de la Editorial Kairós estaba ya en la preparación de mi obra para su publicación cuando se ha producido la muerte de mi amado hermano Miguel Ángel Calle, un gran ser, que también cooperó a lo largo de toda su vida en la difusión del *Dharma* o Enseñanza espiritual. Como yo le sacaba solo dieciséis meses, ha formado parte muy estrecha de mi vida, y siempre ha cooperado con una lealtad insuperable en la propagación de mis actividades profesionales y de mis obras. Era de una generosidad extrema con todo el mundo y conmigo, y en un grado conmovedor. Era mi mejor y más admirado amigo, y por eso le pedí a Agustín Pániker que me diera la oportunidad de incluir estas últimas líneas en recuerdo y memoria de mi hermano del alma.

A lo largo de la adolescencia, Miguel Ángel y yo ya estábamos muy unidos. Como mi madre era escritora, muy culta y con unas marcadas tendencias espirituales, nos infundió el amor por la buena literatura y por la auténtica mística. Durante años y años estuvimos juntos asistiendo a encuentros culturales, reuniones literarias y tertulias de carácter filosófico o espiritual. Fue mi compañero de prácticas en la relajación profunda y mi sujeto de experiencia en mis investigaciones sobre mesmerismo, hipnosis, entrenamiento autógeno, parapsicología, y otras disciplinas afines. Ambos éramos unos apasionados de la literatura francesa, la rusa y la española. Desde niño (quizá por los genes, al ser nieto de un escritor) demostró una capacidad extraordinaria para escribir poesía y se convirtió en un recitador excepcional. Era dueño de una vasta cultura y de inmensos conocimientos en medicina, filosofía, religión, orientalismo y literatura. Pero sobre todo era un ser siempre dispuesto a ayudar a los otros, cooperante hasta donde más no cabe, expansivo, receptivo siempre a las necesidades ajenas y un verdadero campeón de la genuina amistad. Sabía dar su tiempo, nunca lo regateaba; sabía dar su alma, nunca la escondía. Fue mi mejor amigo y mi compañero de búsqueda espiritual. Ya es raro poder decir de cualquier persona, con absoluta certeza: «Nunca me ha fallado». Nunca lo hizo,

siempre estuvo presente, velando por mí, con una admiración superlativa hacia su hermano mayor.

Mi segundo viaje a la India y Sri Lanka lo hice en su compañía. Vino conmigo a entrevistar al sabio Nyanaponika Thera en Sri Lanka (esta entrevista aparece en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas*). Durante miles de noches nos reunimos a conversar sobre temas filosóficos, literarios, espirituales, a menudo con la presencia de nuestra madre, María del Mar, que era una compañera en nuestras incursiones metafísicas. Juntos tratamos a filósofos, escritores, buscadores de lo Inefable, diletantes, bohemios, místicos. Era elocuente, con gran dominio del lenguaje, llamativamente empático. Juntos escribimos un libro titulado *Vencer las zonas erróneas de la mente*. Él escribió otro con Federico Sánchez titulado *Cartas desde el alma*, que incluía un cedé con su voz en el que recogía a un gran número de poemas.

A lo largo de veinticinco años hicimos juntos el programa de radio *La tertulia humanista*, que llevamos por numerosas emisoras. Hablábamos sobre los temas humanistas, psicológicos y espirituales más diversos, una vez a la semana a lo largo de una hora o más. En todos los programas nos obsequiaba recitando tres poemas, algunos suyos y otros de distintos autores. Recitaba como nadie a Lorca, Buesa, Amado Nervo, Neruda, Rubén Darío, y tantos otros grandes poetas. En infinitud de actos recitó el «Si» de Kipling, con el que siempre entusiasmaba al auditorio. Su última intervención fue, poco antes de morir, en el Palacio de Congresos, ante quinientas personas, que se entusiasmaron escuchándolo. Tenía un don especial para recitar, con una voz inconfundible y vigorosa.

Pronto por la mañana suena el teléfono. Al otro lado escucho la voz de Juan Castilla, amigo del alma tanto de Miguel Ángel como mío. A pesar de que trata de evitar asustarme, su voz se nota angustiada. Me comunica que mi hermano ha tenido un infarto de miocardio y que ha sido ingresado de madrugada. Estaba tan acostumbrado al dolor (tras un accidente que le hizo entrar y salir de hospitales durante tres años y someterse en doce ocasiones a operaciones quirúrgicas) y era tan elevado su umbral de resistencia al sufrimiento que eso sin duda le hizo soportar el malestar demasiadas horas y ser hospitalizado tarde. A pesar de que el accidente (sufrido a eso de los dieciocho años) le había dejado una ligera cojera y a menudo el dolor de su pierna era casi insoportable, él, dando muestras de su férrea voluntad, llegó a practicar con éxito los más variados deportes, desde el karate al boxeo deportivo, desde la natación al *full contact*. Era un

superviviente nato y un atleta. Todo ello no ayudó a evitar que padeciera un infarto de miocardio que le lesionó gravemente las arterias, y que según uno de los médicos seguramente tenía raíces genéticas.

Cuando llego al hospital está consciente. Hablamos unos minutos. Por amargas “sincronicidades”, resulta que justo había sido ingresado en las mismas fechas de abril que, dos años antes, había sido ingresado yo, abatido por aquella gravísima bacteria cogida en Sri Lanka. Ahora es mi hermano del alma, mi compañero inseparable y siempre generoso, el que está gravemente enfermo. Le cambian de hospital para practicarle un cateterismo. Lo veo por última vez consciente durante unos brevísimos instantes cuando le sacan de la ambulancia para conducirlo al hospital. Unos minutos en la UCI y pasa a hemodinámica. Varias horas de espantosa incertidumbre. ¡Cuántos recuerdos agradecidos, vivos, de enorme intensidad!

Los médicos dicen que está gravísimo, un estado realmente muy crítico. Si logra sobrevivir tres días, quizá se pueda pensar en opciones menos desesperanzadas. Entro en la UCI y me coloco a su lado. Lo veo intubado, como él me había visto a mí hace justo dos años, cuando durante las casi cuatro semanas que estuve en la UCI nunca dejó de ir a visitarme y preocuparse hasta la saciedad de mí, con su alma siempre grande, siempre generosa y que le hacía estar pendiente de todos. A pesar de estar en esas condiciones, lo observo con orgullo, porque su fortaleza corporal destaca, su espléndida musculatura, su tórax llamativamente atlético. Le recito al oído un mantra que durante años nos ha servido para cerrar nuestros programas de radio repitiéndolo por tres veces: *Om Tare, Tutare, Ture, Soha*, que es una invocación a Tara, la Madre Cósmica, la benevolente y misericordiosa que nos ayuda a cruzar de la orilla de la oscuridad a la de la luz. Acaricio su cara, cojo sus manos, beso su frente y sus mejillas, le susurro al oído.

Se abren algunas expectativas porque ha sobrevivido setenta y dos horas. Pero de repente empeora, tiene fiebre elevada, nos dicen que se teme lo peor. Entro en la UCI y durante una hora, en recogimiento profundo, estoy a su lado. Tiene una expresión pacífica en el rostro. Él vio cómo yo sobrevivía, pero yo no podré verlo sobrevivir a él. Le quedan horas de vida. ¡Cuántos recuerdos! Aunque todo en este mundo es ilusorio, como dicen los sabios vedantines, ¡qué terriblemente doloroso es perder a un hermano ilusorio en un mundo ilusorio! Pero para mí él ha sido real entre lo real, siempre cercanos a pesar de que discutíamos a veces por nuestras diferencias de carácter; pero ello no dejaba nunca ni una leve mota del polvo del rencor. No era posible entre

nosotros. Años y años de relación fecunda y estrecha entre nosotros pasan por mi mente. ¡Qué no daría por que volviese a recuperar su aliento de vida y a entregarse como lo hacía a sus hijas, y a sus amigos, y a sus oyentes! ¿Por qué no morí yo dos años antes en lugar de tener que ser él quien muera ahora, él que tanto y tan profundamente vivía cada momento de la vida, como si cada instante fuera el primero y el último, con pasión y plenitud? En esa hora, en el silencio de la UCI, rodeado de personas muy ancianas y que parecían espectros fantasmales en su decadencia y senectud, mi alma conectó con lo más profundo de mi hermano para agradecerle que nos hubiéramos encontrado en la sinuosa y a veces tan dolorosa ruta de la existencia humana, lo que los orientales denominan el *samsara*, la Rueda de la Vida, donde a veces todo se vuelve caótico y donde por fuerza nos damos cuenta de que todo es imprevisible y de que en nuestra infatuación y prepotencia creemos controlar lo que es incontrolable. Dejo unos minutos la UCI porque me dicen las enfermeras que a esa hora de la noche tienen que ordenar las salas y revisar a los enfermos. Antes he besado las manos y los pies de Miguel Ángel. A los maestros en la India se les besa los pies. Él siempre decía en los medios que yo había sido su maestro, pero en realidad él siempre fue también el mío. ¡Nunca dejé de aprender de su capacidad incondicional de entrega, de su identificación con las cuitas ajenas, de su real interés por siempre ayudar!

La familia de Miguel Ángel está fuera de la UCI, al igual que algunos de sus más queridos amigos, muchos llorando desconsoladamente. De repente nos avisan de que el fin está muy cerca. Entramos su mujer Mari Nieves y yo y nos colocamos junto a su cuerpo. Tiene un fallo multiorgánico que le llevará a una muerte segura. Las pulsaciones van descendiendo. Me abrazo a él y junto mi sien a su sien. Enseguida ha desencarnado. El mejor compañero de vida que nunca hubiera podido darme la existencia humana ha partido. Y siento aquellas palabras que dijera Benavente en el lecho de muerte a mi amigo Ramón Soto: «Todo es fluir, todo es partir; se muere tantas veces en la vida que lo de menos es morir». Esa prestidigitadora implacable que es la muerte de repente nos escamotea al ser que tanto queremos. Pero en palabras del sabio Ramana Maharshi: «El espíritu único, la única realidad, es eternamente existente».

Escribo estas líneas un mes después de que su cuerpo fuera incinerado. Se han hecho numerosos y muy encomiables comentarios, verbales y por escrito, sobre Miguel Ángel Calle, el poeta, el empresario, el amigo incondicional, el alma noble. Pero su buen amigo

el periodista y también poeta Jesús Fonseca fue quizá quien con más precisión le definió en un artículo titulado «Pasó haciendo el bien», que en su memoria reproduzco:

«¡Era una llama al viento y el viento la apagó! Como Prometeo, Miguel Ángel Calle, quería robar el fuego del cielo para dárselo a los hombres, al igual que su adorado hermano Ramiro, con el que levantó la vida y encendió corazones. Se reía de sí mismo, para que la congoja no anidara en él. A todos se metía en el bolsillo, con su entusiasmo, alegría y buen humor. “Morir es solo uno de los actos de la vida”, me dijo una noche en esa tertulia humanística sostenida por los dos hermanos, en la que latían sus palabras y hacían latir a miles de corazones. ¡Cuántos sentires y decires de armonía y esperanza en aquellas tertulias, para España entera, a las que con tanto entusiasmo me invitaba Miguel Ángel a participar y en las que tan bien lo pasábamos recitando poemas y coplillas en la madrugada! Solo podemos dar a los demás aquello que ya poseemos en nosotros mismos. ¡Qué gran verdad! Miguel Ángel Calle triunfó hacia dentro. Y, al final, es siempre dentro de nosotros donde hace buen o mal tiempo. La muerte no interrumpe nada. ¡Lo que ha sido será siempre! Nos sobrevive solo lo que hemos compartido, instante tras instante, día tras día. Queda el palpitar de nuestro amor. El cómo y hasta dónde hayamos acompañado y comprendido a los que nos quieren y a los que no. Quedará únicamente nuestra entrega a la tarea de hacer el bien a manos llenas por la mañana, por la tarde, por la noche y todo el día. Es la generosidad lo que determina el timbre de una vida. Por eso suena así de ensordecedor el timbre del vivir en la muerte de Miguel Ángel Calle. Él quería que su ataúd tuviera una forma distinta, la forma de un corazón, la forma de una guitarra. ¡Y así ha sido! Amar fue su oficio. Hacer el bien, su ejercicio. Nos reuniremos otra vez, Miguel Ángel mío del alma. No me cabe la menor duda. Y, en esa plenitud insospechada, nos miraremos a los ojos y descenderá sobre nosotros el sonoro silencio de la felicidad».

Poco más de un mes después de la inesperada muerte de mi hermano Miguel Ángel, viajando en el tren en dirección a Marbella para dar un taller de *hatha-yoga*, recibo una llamada de mi buena amiga Cristina Lázaro para decirme que Babaji Sibananda ha muerto. Se me encoge el corazón, porque Luisa y yo pensábamos ir a pasar con él unos días en Navidad y porque siempre le hemos tenido un inmenso cariño. Era un gran ser, que, como Miguel Ángel, también pasó haciendo siempre el bien. Los amigos, en su ánimo de confortar, pero de corazón, me dicen que ambos ya han debido encontrarse. Como los dos tenían un gran sentido del humor, si en algún plano cósmico se han encontrado, seguro que se han caído muy bien y están muy divertidos comentándose cosas.

El mismo Babaji dispuso lo que había que hacer tras su muerte. Se encargaron de ello los que estaban con él: Anil Sadril, Kalu, Rinku y un argentino llamado Pablo. El cadáver fue arrojado al río, tras la ceremonia de rigor. Mi buena amiga Maribel, que cuando yo estaba tan gravemente enfermo se lo comunicó a Babaji para que me tuviera presente en sus meditaciones, me escribió con su proverbial amabilidad: «Se nos ha ido

un gran amigo y nos ha dejado un poco más solos, pero como él decía: “Triste un rato; pero sufrir, no” (*Gibon kub sundor*)».

He convertido en libro de cabecera el cuadernito que hace años me entregó, donde había recogido para mí, con todo amor, enseñanzas espirituales que le manaban del corazón. Es un cuadernito de hojas de hule rojas, y hay buen número de páginas en las que escribió a mano hermosos pensamientos, algunos líricamente muy inspiradores, que ya vertí en parte en otras de mis obras. Todos deberíamos recordar a cada momento estas líneas: «El camino verdadero de la vida consiste en amar a los otros, creer en los otros, ser amigo de todos. Lo principal es la paz más el amor». Y también: «Venimos y nos vamos. Lo importante es lo que hayamos hecho de positivo por los otros».

Me ha dado sus condolencias Jesús Fonseca, porque sabe cuánto representaba para mí Babaji Sibananda y me ha recordado cuando decía pensativo, frente al Ganges: «No entiendo nada, no comprendo nada, pero Él lo sabe todo». Fue en compañía de Luisa y Jesús que lo vi por última vez, antes de mi enfermedad. Pero durante mis meses en el hospital siempre tuve ante mí su foto, que me llevó Luisa. Ahora a menudo escucho en lo profundo de mi alma lo que me decía mientras me miraba con sus incomparables ojos: «El camino más directo hacia el Ser es la meditación». En el cuadernito que me entregó con tanto afecto (repitiendo «amigos para siempre, amigos para siempre»), también puedo leer: «Este mundo es un enorme escenario: somos los actores y estamos representando nuestro papel. Cuando la obra termine, volveremos a nuestro hogar».

Obras más importantes de Ramiro Calle

Editorial Kairós

Conversaciones con lamas y sabios budistas

Conversaciones con yoguis

Enseñanza de meditación vipassana

Editorial Kailas

El manuscrito secreto del faquir

En el límite

La ciencia de la felicidad

La ciencia del amor

La India que amo

Los mejores cuentos espirituales de Oriente y Occidente

Obras imprescindibles de la espiritualidad

Editorial Sirio

El sabio de las montañas azules

Tantra: la vía secreta del amor y la erótica mística

Editorial La Esfera

Aforismos de yoga

El templo de hielo

La llamada de la India

Ediciones Urano

Las siete iniciaciones

Por la senda de la sabiduría

Editorial Trompa de Elefante

Yoga y medicina

Editorial Edaf

El gran libro de los yogas

El gran libro de los yogas

Editorial Temas de Hoy

El dominio de la mente

Terapia espiritual

Ediciones B

La dicha del alma

La sabiduría de los grandes yoguis

Editorial Oberon

En busca del ser

Yoga y zen

Editorial Adhara

Ante la ansiedad

Editorial Luciérnaga

Enseñanzas para una muerte serena

Editorial Martínez Roca

El faquir

El gran libro de la meditación

El poder del yoga

En busca del faquir

Evitar el sufrimiento

Grandes enseñanzas de Oriente

Grandes maestros espirituales

La aventura del espíritu

Siddharta

Yoga, el método

Ediciones Librería Argentina

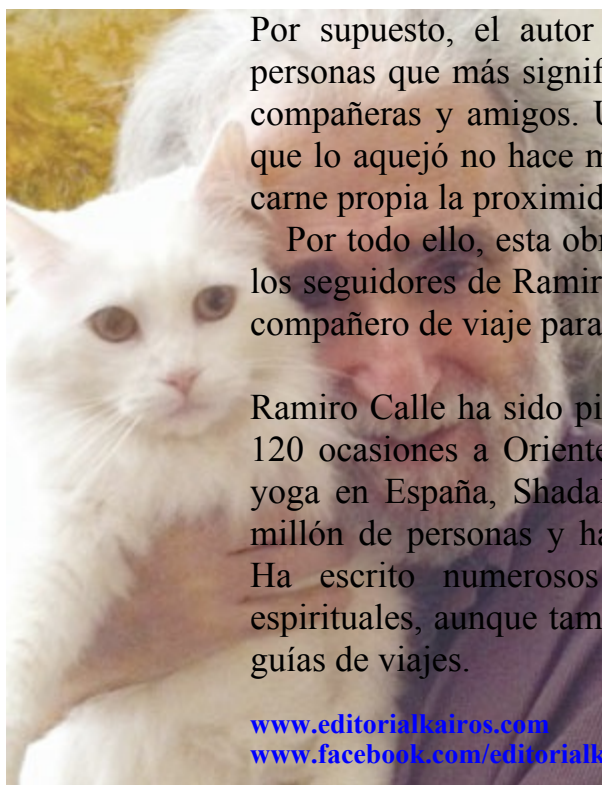
El yoga de la energía

El poder del yoga

Notas

- * Las inspiradoras respuestas a una larga entrevista que le hice aparecen en mi obra *Conversaciones con yoguis*, Editorial Kairós.
- † La búsqueda de la dicha del alma o *vilasa vivarta* ha inspirado mi relato espiritual *La dicha del alma*, con Ediciones B.
- ‡ Otras son *Por la Senda de la Sabiduría*, *La Llamada de la India*, *En Busca del Amor Mágico*, *Los Ojos del Corazón* y *En Busca de la Paz Interior*.
- § Las sugerentes conversaciones con este *swami* se recogen en mi obra *Conversaciones con yoguis*, Editorial Kairós.
- ¶ La larga conversación con el Dalái Lama se recoge en mi obra *Conversaciones con lamas y sabios budistas*, de la Editorial Kairós.
- ** Las valiosas opiniones de especialistas al respecto aparecen en mi obra *Yoga y medicina*, de la editorial Trompa de Elefante.
- †† Las sincronicidades se han seguido dando tras su muerte. Pocas semanas después de fallecer Baba Sibananda, mi buen amigo Antonio García Martínez tiene ocasión de ver, en una tienda de una localidad de Levante, un marco con una foto de Baba Sibananda. Ha llegado de la India, pero no saben decirle más. La adquiere y ahora figura en mi centro de yoga, donde también desde hace años está colgado el cuadro inspirado en la foto del Baba que me hiciera mi buen amigo y practicante de yoga y meditación Mario Losantos.

Después de haber explorado en numerosas tradiciones iniciáticas de Oriente y Occidente, Ramiro Calle vuelca en este libro toda su experiencia como buscador espiritual: desde su infancia y las lecturas que lo marcaron, sus numerosos viajes a Asia, sus inicios en el yoga a los quince años, su experiencia con diferentes métodos psicoterapéuticos, sus encuentros con los maestros de yoga y meditación más reconocidos del mundo... todos los recuerdos de una vida dedicada a cultivar la paz interior.



Por supuesto, el autor habla también de sus relaciones y las personas que más significaron en su vida, tanto familiares, como compañeras y amigos. Un capítulo aparte merece la enfermedad que lo aquejó no hace mucho tiempo y lo llevó a experimentar en carne propia la proximidad de la muerte.

Por todo ello, esta obra se convertirá tanto en un referente para los seguidores de Ramiro Calle como en un ameno y honestísimo compañero de viaje para los exploradores en la senda espiritual.

Ramiro Calle ha sido pionero del yoga en España. Ha viajado en 120 ocasiones a Oriente. Desde 1971 dirige el mayor centro de yoga en España, Shadak, por el que han pasado más de medio millón de personas y ha dado conferencias en diferentes países. Ha escrito numerosos libros, en su mayoría filosóficos o espirituales, aunque también novelas, recopilaciones de cuentos y guías de viajes.

www.editorialkairos.com
www.facebook.com/editorialkairos

Sabiduría perenne

Índice

Portada	2
Créditos	3
Dedicatoria	4
Agradecimientos	5
Sumario	6
Prólogo de Agustín Pániker	7
Introducción	13
PARTE I	17
1. La soledad del ser	18
2. En busca del universo paralelo	38
3. Iniciación	58
4. Shadak	75
5. Cazador de hombres santos	85
6. Satchidananda	100
7. Un vagabundo del Dharma	110
PARTE II	120
8. La senda sin senda es la Senda	121
9. Profundizando	136
10. La India es mi aventura	144
11. Una vida a través del yoga	161
12. La presencia de ser	173
PARTE III	188
13. Suresh, el faquir, y Shivaji, el yogui	189
14. Baba Sibananda	204
15. En busca del silencio de la mente	215
16. La ruta de Buda	226
17. La isla del Dhamma	235
18. Cuatro meses después de salir del hospital	250
19. En el umbral de lo incognoscible	268
20. Matar el loro que llevamos en la cabeza	272
Epílogo	280

Apéndice	281
Obras más importantes de Ramiro Calle	287
Notas	301
Contracubierta	302