

SACRIFICIO

© 2008 CAFH

Todos los derechos reservados

ÍNDICE

<i>INTRODUCCIÓN</i>	3
1. LOS MISTERIOS DEL SACRIFICIO.....	5
2. EL TEDIO.....	7
3. LA LUCHA POR LA VIDA.....	9
4. LOS CONTINUOS CAMBIOS.....	11
5. EL PASADO.....	13
6. LA INCERTIDUMBRE DEL MAÑANA.....	15
7. LOS LAZOS DE SANGRE.....	17
8. EL QUÉ DIRÁN.....	19
9. LAS CIRCUNSTANCIAS MATERIALES.....	20
10. LA COMPASIÓN.....	22
11. LA SABIDURÍA.....	23
12. LAS LIMITACIONES FÍSICAS.....	25
13. LAS ENFERMEDADES.....	27
14. LA SEPARATIVIDAD.....	29
15. EL BIEN Y EL MAL.....	30
16. LA MUERTE.....	32

Introducción

Al leer los títulos de las enseñanzas de este curso nos surgen diversas inquietudes. La primera, quizá, nos lleva a preguntarnos por qué necesitamos sacrificarnos si en la sociedad moderna tenemos los medios para lograr bienestar. ¿No es más lindo vivir bien, sin sufrir, sin tener que sacrificarnos? El sufrimiento y el sacrificio son cosas del pasado, pensamos. Sin embargo, ¿podemos evitar el sacrificio? Es más, ¿es bueno evitar el sacrificio?

El sufrimiento es inherente a nuestra vida, tal cual la experimentamos. Se mantiene presente en nosotros aún en los momentos en que nos sentimos bien y felices, porque sabemos que nuestras alegrías son pasajeras y que, por más larga y saludable que llegue a ser nuestra vida, indefectiblemente vamos a morir. Además, el sufrimiento se mantiene presente en nuestro alrededor y nos hiere; dondequiera que miremos encontramos incomprensión, carencias, enfermedad, miseria y aflicciones de todo tipo. Dado que nuestra tendencia natural es evadir las penas que posiblemente o con toda seguridad tendremos que sufrir, revertir esa tendencia y enfrentar el dolor inevitable, como lo sugiere este curso, nos mueve a renunciar a la ilusión de que cegarnos a los dolores de la vida nos exime o eximirá de sufrirlos.

Cuando sufrimos una pena reaccionamos según nuestra actitud ante el sufrimiento. Podemos quejarnos con amargura, o sentir que la vida nos castiga con una pena injusta, o acusar a alguien de ser la causa de nuestro sufrimiento, o soportar sumisamente las penas. O bien podemos valorizar la experiencia de la aflicción, porque elegimos sufrirla para realizar un objetivo noble. Esta última actitud ante el sufrimiento es la que actualmente se entiende como sacrificio. Para llegar a este significado, la idea de sacrificio sufrió una larga evolución.

El sacrificio ritual tenía un rol central en las religiones antiguas. Hay relatos de sacrificios en las tradiciones religiosas tanto occidentales como orientales. Si bien en la actualidad esas formas de sacrificio ritual han perdido vigencia, lo cierto es que el concepto de sacrificio se mantiene presente en la humanidad. De una forma u otra, sacrificarse por un fin noble o para ganar el favor divino sigue siendo una conducta éticamente deseada y apreciada en la sociedad, a pesar de la tendencia, bastante generalizada en la actualidad, hacia un egocentrismo autocomplaciente.

El sacrificio, en su acepción tradicional, puede llevarse a cabo en forma personal y privada en actos de la vida corriente, o puede ser parte de ceremonias litúrgicas. En el ámbito de las religiones actuales encontramos, además de la práctica de sacrificios individuales y privados, sacrificios rituales; por ejemplo, ayunos, peregrinaciones y ceremonias de eucaristía.

En este curso expandimos la idea de sacrificio ubicándolo en el gran contexto de la experiencia humana tal como se nos presenta en cada instante. En realidad, esta expansión del significado del sacrificio se corresponde con el origen latino de esta palabra: sacro+facere; es decir, hacer sagrado lo que hacemos y lo que experimentamos. Cuando hablamos del dolor dentro de este contexto, hablamos del dolor que, dada nuestra condición humana actual, no podemos evitar. No incluimos dentro de la idea de sacrificio el dolor que nuestro estado de conciencia ya nos permite evitar.

En las siguientes enseñanzas entendemos como sacrificio mantenernos conscientes de la condición humana de dolor inevitable, ya sea que lo experimentemos personalmente o no, y a transformarlo en un medio que impulse nuestro desenvolvimiento, que promueva nuestra participación y que desarrolle una relación cada vez más armónica tanto con nosotros mismos

como entre nosotros y los demás. En vez de esperar a que la suerte nos libre de sufrir o que el destino nos señale sufrimiento, establecemos con determinación una relación positiva permanente con los aspectos de la vida que nos producen dolor y que no podemos evitar. Esta relación nos conduce a comprender que nuestra vida es una unidad, que no podemos separar las experiencias aflictivas de las de alegría. Alegría y pesar es un par indivisible, propio de nuestro devenir. Cuando, por ejemplo, sentimos gran alegría al nacer nuestros hijos y al verlos crecer y madurar, sabemos también cuántos esfuerzos tendremos que efectuar para asistirlos en sus necesidades, y cuánto habremos de sufrir por las vicisitudes que tendrán que atravesar a lo largo de sus vidas.

Por otra parte, tengamos en cuenta que el solo hecho de mantenernos vivos, de superar la inercia para movernos, superar adversidades, obtener lo necesario para vivir, atender a nuestras responsabilidades, responder a quienes dependen de nosotros y a la sociedad que nos ampara, nos demanda sacrificios de tiempo, de afectos, de comodidad, de gustos, que bien podemos llamar globalmente “el sacrificio de vivir”.

Por supuesto que no consideramos como un sacrificio el hacer todo lo posible por mantenernos vivos, pero sabemos que cada esfuerzo nos pide renunciar a otras cosas que desearíamos hacer¹, o al ilusorio placer de no hacer nada ni enterarnos de situaciones dolorosas. También sabemos que cuando realizamos lo que nos proponemos logramos una plenitud frente a la cual las renunciaciones que hayamos tenido que hacer y las penas que hayamos tenido que sufrir para obtenerla no las sentimos como costos o pérdidas. Más bien las sentimos como verdaderas ganancias que redundan en nuestro adelanto y en la expansión de nuestra conciencia.

Al aunar en una relación deliberada el sacrificio de vivir con la alegría de vivir, armonizamos nuestra relación con la vida tal como se nos presenta a lo largo del tiempo y cada instante adquiere su carácter de único, pleno y sagrado.

Los temas del curso son, además de puntos de reflexión sobre las penas que nos afligen, sugerencias sobre prácticas que pueden ayudarnos a que aún el sufrimiento estimule nuestro desenvolvimiento. Teniendo esto en cuenta, usamos esas sugerencias según nuestro criterio y nuestra voluntad de hacerlo. Lo cierto es que, para expandir nuestra conciencia, necesitamos incorporar a nuestra noción de existir todos los aspectos que percibimos en la realidad, incluso aquellos que no podemos evitar sufrir, y aprovechar todas las circunstancias, especialmente las aflictivas, para comprendernos y ayudarnos a desarrollar una visión cada vez más amplia de la vida y del mundo.

El curso incluye algunas citas de autores conocidos que se relacionan con los temas tratados en las enseñanzas. El contenido conceptual de estas citas no se da como cierto ni como artículo de fe. El fin de traer a colación lo que piensan algunos autores de reconocida trayectoria es ayudarnos a enriquecer la reflexión, a poner sobre la mesa de diálogo nuestros puntos de vista y a compararlos y contrastarlos con los de otros.

¹ “La mitad de saber lo que uno quiere lograr es saber lo que uno tiene que dejar de lado antes de lograrlo”. *Sydney Howard. Actor inglés (1884-1946).*

LOS MISTERIOS DEL SACRIFICIO

Primera Enseñanza

“El universo es tan vasto y tan sin tiempo que la vida de un ser humano sólo se podría justificar por la medida de su sacrificio.”

V. A. Rosewarne (1916-1940) Piloto británico; última carta a su madre.

Escrito en el retrato de “Piloto Joven”, en el museo de la Royal Air Force.

A pesar de los adelantos de la civilización que hacen más llevadera la existencia, el dolor está presente en nuestras vidas. Ahora, como hace dos mil años, tienen vigencia las palabras del apóstol Pablo cuando dice que combate y dolor es la vida del ser humano sobre la Tierra.

Las religiones occidentales, en particular la cristiana, han enaltecido el concepto del dolor para hacerlo más llevadero. Ciertas filosofías orientales han dicho, en cambio, que el dolor es una ilusión, un espejismo de la mente. Pero ni el enaltecimiento del dolor ni su negación lo han vencido; el dolor se mantiene presente en el mundo.

Ritos antiguos estimularon a los devotos a soportar los dolores de la vida a través de la oración vocal y los mantras. Aún hoy los Sannyâsîs de la India llevan al cuello cadenas hechas con semillas de frutos que pasan entre sus dedos al rezar; los cristianos tienen una práctica semejante en el recitado del rosario. Cada una de esas semillas o cuentas simboliza un aspecto del dolor que sufrimos.

¿Qué hacer frente al dolor? ¿Tenemos que resignarnos a él o tenemos que negarlo? ¿Qué significa sacrificio respecto del dolor?

En términos habituales, un sacrificio es una ofrenda cuando abrazamos un dolor por amor a Dios y para implorar su auxilio; es un acto de abnegación cuando elegimos sufrir una mortificación que podríamos evitar, o incluso dar la vida, movidos por una intención altruista.

La Enseñanza llama sacrificio a la actitud de reconocer al dolor como un hecho innegable e insoslayable de nuestra existencia para que, apoyados en ese reconocimiento, hagamos del dolor un medio que nos impulse a participar de la vida tal como se nos presenta a todos. Este punto de vista expande el sentido de ofrenda y de abnegación que habitualmente damos al sacrificio y se relaciona directamente con el concepto de desenvolvimiento espiritual.

En el Templo de la Divina Madre se encuentra este axioma: “Vence el dolor sumergiéndote en él.” En otras palabras, no soslayemos el dolor que está presente en el mundo ni rechazemos los dolores que no podemos ni evitar ni aliviar. La Enseñanza describe al sacrificio como una actitud; es decir, como la relación que tenemos con la vida en sus aspectos dolorosos. Es importante para nosotros encarar esa relación y trabajar sobre ella, porque se trata de un aspecto básico de nuestra relación con la vida.

Por supuesto, la actitud de sacrificio respecto del dolor no supone buscarlo o no esforzarnos por aliviarlo. La práctica del sacrificio implica, por un lado, el esfuerzo para producir un desenvolvimiento espiritual que nos permita evitar el dolor producido por nuestra ignorancia y, por el otro, la aceptación de los dolores que no podemos evitar porque son inherentes a la vida. Además, implica no reaccionar negativamente contra ellos, ni tampoco desviar sus efectos a fin de no sufrir nosotros.

Sacrificio es abrazar esfuerzo y dolor completamente, con serenidad. Esta actitud hace que conozcamos al dolor y también que podamos conocernos mejor a nosotros mismos, ya que pone de relieve nuestras reacciones habituales ante lo que nos hace sufrir.

La forma de relacionarnos con el dolor asume diferentes matices de acuerdo con nuestro nivel de desenvolvimiento y las circunstancias que experimentamos.

¿Por qué llamamos sacrificio a enfrentar y abrazar el dolor que no podemos evitar? Porque así como el sacrificio implícito en un acto abnegado nos exige la difícil decisión de sufrir en pos de un bien altruista, así también el sacrificio que describe la Enseñanza nos exige la valerosa decisión de no huir de los dolores de la vida ni negarlos, sino de reconocerlos y abrazarlos en su totalidad, con el fin de expandir nuestra conciencia y conocernos a nosotros mismos.

No podemos separar de la vida las partes que no nos gustan de ella. Tampoco podemos separar nuestra noción de ser de los avatares que nos trae el hecho de estar vivos. Por eso, enfrentar la vida en su totalidad equivale a enfrentar lo que somos, también en su totalidad. Es así como la práctica del sacrificio allana el camino del conocimiento de nosotros mismos y alivia con el bálsamo de la comprensión los dolores que no podemos evitar.

El sacrificio transforma en un néctar suave aun las privaciones, las enfermedades, las desorientaciones más intensas. Por el sacrificio transformamos en serenidad y participación los padecimientos que sufrimos. De esa manera superamos el dolor. La resurrección de Jesús después del padecimiento de la cruz, y también la Rosacruz, una cruz envuelta en una corona de rosas o con una rosa en su centro, simbolizan esa transformación. La aceptación del dolor nos transforma; entre las espinas brota la flor maravillosa.

Los distintos aspectos del sacrificio se pueden representar en un rosario mental dividido en quince misterios. Los llamamos misterios porque la fuente y la razón del dolor son un misterio para nuestra mente. Sin embargo, el sacrificio nos permite develar ese misterio, conocer el dolor uniéndonos a él, y esto es como atisbar la eternidad. Las enseñanzas que siguen se refieren a los quince misterios del sacrificio.

EL TEDIO

Segunda Enseñanza

“El hombre puede soportar cualquier cosa, salvo la sucesión de días ordinarios.”
J. W. Von Goethe (1749-1832). Escritor y filósofo alemán.

Podemos gozar de buena salud, de bienes materiales y de los entretenimientos que nos ofrece la vida en sociedad. Sin embargo, aun teniéndolo todo, a veces nos desalentamos al ver qué rápido pasa el tiempo, qué incierto se muestra el futuro, qué pronto se nos acaba la vida y, sobre todo, qué pesada se nos hace la rutina del esfuerzo diario para vivir. El tedio nos viene al encuentro, trayendo consigo la pena de tener que seguir enfrentando un vacío existencial.

También quienes nos empeñamos en desenvolvernos interiormente no podemos evitar que a veces nos invada una sensación de tedio y cansancio.

Si huimos del tedio a través de distracciones superficiales nos volvemos víctimas de él ya que, cuando nos habituamos a ese escape, ese hábito determina nuestra conducta. Si cubrimos el tedio con trabajo compulsivo nuestra vida pierde equilibrio, descuidamos nuestros afectos y, especialmente, nuestras necesidades espirituales. Si huimos del tedio exacerbando nuestros sentidos nos orientamos hacia la inconsciencia, el hedonismo y el descuido de nuestro desenvolvimiento. Pero, si desarrollamos una actitud de sacrificio respecto del tedio, podemos vencerlo. Cuando hablamos de una actitud de sacrificio, hablamos de aprender a no temerle, a conocerlo, a analizarlo. Cuando lo enfrentamos conscientemente, el tedio nos muestra una vía inapreciable hacia el conocimiento de nosotros mismos y de la vida tal cual se nos presenta en las experiencias cotidianas.

Hay muchas actividades repetitivas que nos producen tedio, pero hay una situación en la que el tedio tiende a hacerse casi insoportable: cuando, aparentemente, no tenemos otra cosa que hacer que esperar para que ocurra algo deseado. Todo parece perder sentido y las horas parecen interminables.

No tener nada que hacer mientras esperamos que pase algo dispara en nosotros diversas reacciones: aburrimiento, divagación, depresión, impaciencia, disgusto, incluso exasperación. Sin embargo, ese tiempo de espera, aparentemente vacío, nos brinda el contexto apropiado para reflexionar y profundizar en nuestra noción de ser; especialmente, para tomar conciencia de que en esos momentos –como en cualquier otro momento– lo más extraordinario que está ocurriendo es que existimos. El ejercicio de contemplar sólo el hecho de existir y nada más que esa realidad de existir, no sólo puede transformar el tedio en una experiencia enriquecedora, sino que abre nuestro campo interior a una expansión de nuestro estado de conciencia.

La vida nos da momentos de gozo y alegría, otros de dolor y desazón, y también momentos en los que alegrías y dolores quedaron atrás, tan distantes como si no hubieran ocurrido, dejándonos sólo el vacío de rutinas que no vemos hacia dónde nos conducen. Al enfrentar ese aparente vacío se nos abre la puerta interior hacia la plenitud de la vida.

El tedio de las horas vacías es la forma en que el tiempo nos desafía a que las llenemos de conciencia. Enfrentar el tedio pone de relieve nuestros escapes, nuestras excusas y nuestros

temores, pero también pone de relieve la inmensidad del contexto de la existencia y la maravilla de tomar conciencia de nuestra participación en esa inmensidad.

Escapar del tedio es como escapar de nosotros mismos y desperdiciar la posibilidad de dar sentido trascendente a nuestra vida. El tedio, enfrentado con la actitud de sacrificio, nos despeja el camino hacia experiencias liberadoras.

LA LUCHA POR LA VIDA

Tercera Enseñanza

“El trabajo destierra esos tres grandes males, tedio, vicio y pobreza.”
Voltaire (1694-1778). Escritor y filósofo francés. “Candide”

No sólo el tedio nos mortifica. En un momento u otro, de una forma u otra, aun teniendo sentimientos nobles, sufrimos el dolor que trae aparejado tanto el instinto de conservación exacerbado como la lucha para ganarnos el sustento propio y el de nuestra familia.

El instinto de conservación exacerbado en algunas oportunidades sigue primando sobre nuestra capacidad de razonar, y hasta puede llegar a inducirnos a la destrucción y a la muerte. ¿No nos comportamos a veces, en mayor o menor grado, como si quisiéramos obliterar a quienes se nos cruzan en el camino? Corriendo el riesgo de generalizar, podríamos decir que el individuo más fuerte quiere primar sobre el más débil. Este afán de dominio y posesión se puede expresar incluso en quienes aparentemente alcanzaron grados elevados de amor.

A veces nos vanagloriamos de nuestros triunfos materiales pues estimamos que el ganar y vencer nos fortalece interiormente. Sin embargo, esa lucha por ganar y vencer trae consigo la tentación de gozar poseyendo y subyugando. Esto nos ocasiona infortunios y, además, altera el equilibrio social. Necesitamos, entonces, espiritualizar nuestro esfuerzo por sobrevivir, haciendo del dolor causado por la lucha por la vida una fuente de comprensión, participación y felicidad.

El sacrificio enseña que el dolor producido por el deseo de prevalecer a cualquier costo y por tener más y ser más que los otros, se trasciende superando la ignorancia y participando. A través del conocimiento de nosotros mismos y del mundo circundante, del trabajo esforzado por conquistar nuestro lugar sin usurpar lugares de otros, y por la ofrenda de parte de lo que tenemos para asistir a quienes lo necesitan, logramos avanzar en el camino de la paz y la sabiduría.

El sacrificio nos enseña a apartarnos de la carrera para prevalecer, dominar y ganar a costa de otros; nos enseña a participar y así comprender y aceptar la naturaleza humana, común a todos. Además, cuando el infortunio nos golpea, el sacrificio nos da fortaleza para sobrellevarlo sin claudicar.

El sacrificio nos permite conocer nuestro valor y la responsabilidad que tenemos de enfrentar las exigencias de la vida. Descubrimos nuestro valor cuando aceptamos retroalimentación y buceamos en nuestro interior para conocernos; descubrimos la responsabilidad que tenemos cuando actuamos con serenidad y fortaleza. Así también aprendemos a distinguir entre el dolor inherente a la vida y el dolor producido por la ignorancia y el egoísmo.

Si bien el esfuerzo que nos exigen los trabajos diarios es a veces fuente de dolor para nosotros –y también para otros, especialmente cuando nos dejamos llevar por la competencia por sobresalir y ganar ventajas–, ese mismo esfuerzo es el que nos permite activar el potencial que tenemos. Si la vida nos fuera tan fácil que no necesitaríamos estudiar, adquirir pericias, descubrir y producir recursos y aprender a usarlos para hacerla llevadera, ¿cuál sería el ritmo de nuestro desenvolvimiento? ¿En qué medida desarrollaríamos nuestro intelecto, descubriríamos nuestro ingenio y adquiriríamos habilidades? Tener presente que la lucha por la vida es, en realidad, uno de los medios que promueven nuestro adelanto, nos ayuda a dar sentido trascendente a los esfuerzos y las frustraciones diarias.

La lucha por la vida es tanto fuente de sufrimiento como fuente de conocimiento y felicidad. Es sufrimiento pues nos insume la mayor parte de nuestra energía, nos lleva a esfuerzos muchas veces cruentos y nos demanda gran dedicación; es fuente de conocimiento y felicidad porque nos impulsa a aguzar nuestra inteligencia, a conocernos a nosotros mismos y a proveer lo necesario para el bienestar de los que amamos.

LOS CONTINUOS CAMBIOS

Cuarta Enseñanza

“Por cada cosa que perdemos, ganamos algo; y por cada cosa que ganamos, perdemos algo”.

Ralph Waldo Emerson (1803-1882.) Escritor y filósofo estadounidense.

El universo, tal cual lo percibimos, se expresa en cambios continuos. Tanto la naturaleza como las sociedades y los individuos están en constante devenir. Sin embargo, en nuestra búsqueda de un bien permanente, tendemos a lo estático. Esta discrepancia entre un mundo de cambios continuos y el anhelo humano de permanencia, nos trae sufrimientos.

Cambiamos nosotros. Ayer conquistamos nuestro status de adultos; hoy perdemos la juventud; mañana, nuestro bienestar material está en peligro. Cambian las amistades y los seres que amamos. Cuando no es la necesidad o la muerte, las circunstancias o el desamor nos separan de quienes queremos. Un señor que poseía muchas riquezas perdió a su amada y consultó a un clarividente para saber si ella volvería a él. Como recibió una respuesta negativa se irritó y, movido por la soberbia, dijo: “Tengo dinero; puedo disponer de cualquier suma para obtener lo que deseo y así lo haré.” Sin embargo, tal cual predijo el clarividente, su cuantiosa fortuna no le sirvió para lograr ser retribuido en su amor.

Cambian las costumbres; las que hoy nos parecen buenas mañana son desechadas por inadecuadas. Nos cuesta acomodarnos en un sistema de relaciones que cambia continuamente, pues nos hace sentir extraños.

Cambia el medio ambiente; lo que hoy es saludable y seguro mañana ya no lo es. Tenemos que adaptarnos a la inseguridad implícita en situaciones impredecibles.

Cambian las interpretaciones del mundo y de la vida. La comprensión que teníamos de la realidad y que ayer nos daba seguridad, hoy ya no nos alcanza para dar respuesta a los desafíos; tenemos que flexibilizar nuestra forma de pensar y desarrollar nuevas visiones de la realidad en que vivimos.

Muchos otros cambios también están más allá de nuestro control. Hay lazos que cuando se quiebran no se pueden rehacer y bienes que, si se gastan o se pierden, no pueden recuperarse.

La actitud de sacrificio, al llevarnos a la aceptación, puede transformar el sufrimiento producido por esos cambios y pérdidas en serenidad, comprensión y consuelo.

Si bien no podemos evitar los cambios propios de la vida, podemos hacer de ellos fuente de comprensión y sabiduría ya que nos enseñan a distinguir entre los bienes transitorios y los permanentes. Si aceptamos el continuo desapego al que nos fuerzan los cambios, desarrollamos la capacidad de descubrir bienes permanentes tales como el amor desinteresado, la reverencia, la participación, y el hábito de apoyarnos en esos bienes permanentes.

La experiencia que expande nuestro estado de conciencia, la comprensión que aumenta nuestro conocimiento, el grado de amor que hemos alcanzado, están más allá de lo que podemos perder; al contrario, los podemos ampliar y profundizar. La expansión de nuestro estado de conciencia es nuestra para siempre, aunque pasen los años, decline nuestra salud, cambien las costumbres.

Por otra parte, si comprendemos que los cambios –incluso los que en un primer momento nos parecen negativos– son factores que estimulan nuestro adelanto y el de la sociedad, ya no nos ocasionan temor. Los continuos cambios a los que nos expone la vida son una de las fuentes de desarrollo de nuestras posibilidades. Y es precisamente la existencia de posibilidades lo que nos permite adelantar en todo sentido, tanto en nuestro entendimiento de la naturaleza y de nuestro entorno como en el conocimiento de nosotros mismos.

Una posibilidad es, simplemente, el indicio de que podemos producir un cambio. Un cambio no es necesariamente una amenaza o un despojo. Si meditamos sobre qué cambios podemos producir y trabajamos para hacer realidad los que redunden tanto en beneficio propio como en el de la sociedad, estamos haciendo de los cambios un verdadero motor del desenvolvimiento humano.

Abrirnos a los continuos cambios es abrirnos al flujo del devenir, y sobre esa base asentamos nuestra labor de desenvolvimiento. Esto es así no solamente al nivel del desenvolvimiento espiritual sino también al nivel de la supervivencia física.

EL PASADO

Quinta Enseñanza

“Procuremos más ser padres de nuestro porvenir que hijos de nuestro pasado”
Miguel de Unamuno (1864-1936). Filósofo y escritor español.

Según Marco Tulio Cicerón (político, filósofo, escritor y orador romano; 106 adC-43 adC), “El que no conoce su historia, toda su vida será un niño.” Pero, ¿qué hacer para conocer nuestra historia? Nuestra enseñanza nos propone una actitud de sacrificio respecto de nuestro pasado que nos lleve a desapegarnos de él para aprender tanto de la experiencia individual como de la experiencia colectiva.

Pero nos surgen más preguntas. ¿Quién puede desapegarse de su pasado? Y aún más, ¿quién puede desprenderse del condicionamiento producido por sus experiencias a través de las vidas y las muertes?

El condicionamiento producido por el pasado es una de las primeras dificultades que encontramos al procurar desenvolvernos espiritualmente. El pasado es un peso tan grande que a veces nos hace sentir impotentes para adelantar como deseamos. Cuántas veces oímos decir: “Quisiera ser mejor pero no puedo; vuelvo siempre a lo mismo, a ser como era.” Hasta quienes están muy dedicados a su trabajo interior muy frecuentemente enfrentan el pasado como a un terrible enemigo que, en forma de impulsos, recuerdos y hábitos, les impide adelantar como anhelan.

“Yo siempre fui así”, “me educaron de esta manera”, “esto me dio resultado”, “eso ya lo probé y fracasé”, son sólo unas pocas de la infinidad de disculpas que encontramos para absolvernó y asentarnos en lo que ya pasó.

Krishnamurti decía: “Recordar es vivir el pasado y atarse a él.” Atarnos a nuestro pasado hace que nos perpetuemos en nuestros errores o nos vanagloriemos de los éxitos ya pasados. Si bien estas actitudes tienen raíces de índole psicológica ya que nos ayudan a justificar los errores con razones que nos exoneran o a sentirnos importantes recordando nuestros éxitos, por otro lado esas mismas actitudes nos impiden ver la posibilidad que nos brinda el presente de realizar los cambios que nos ayuden en nuestro desenvolvimiento.

Por otra parte, estudiar el pasado con desapego y objetividad nos enseña a corregir errores y a mejorar nuestros aciertos. El pasado es la retroalimentación que nos da perspectiva sobre lo que nos ocurre en el presente. Es bien conocido el adagio: “Aquellos que no estudian su historia están condenados a repetirla.”

No todo lo que nos ocurrió en el pasado ha sido desafortunado o frustrante; también hemos tenido experiencias exitosas y estimulantes. Sin embargo necesitamos dejar atrás tanto esas buenas experiencias como las negativas para poder seguir aprendiendo. El éxito de ayer es recién un verdadero éxito cuando construimos sobre él en el presente y nos mantenemos abiertos para enriquecerlo con una visión cada vez más amplia e incluyente.

El proceso de maduración y expansión del estado de conciencia presupone aprender del pasado y también desprenderse de él.

Desde un punto de vista práctico, la actitud de sacrificio nos ayuda a no atarnos a nuestro pasado con sentimientos de culpa o de orgullo, a no temer las consecuencias del ayer, a cortar con los recuerdos que obstaculizan nuestro proceso de maduración. En otras palabras, el sacrificio nos permite lograr un cierto grado de objetividad en el análisis de nuestro pasado.

Desde un punto de vista más amplio, la actitud de sacrificio nos enseña a comprender y ubicar nuestro pasado dentro del contexto del desenvolvimiento humano. El pasado de cada uno de nosotros no es más que un eslabón en la cadena del desarrollo de la humanidad, un chispazo en el contexto de la eternidad. Nuestro pasado nos enseña cuando lo vemos como parte integral de la vida de una persona, una familia, una nación y aún la humanidad toda. Las experiencias individuales son parte de la experiencia humana de la cual no pueden desprenderse. No atarnos a nuestro pasado consiste en ubicar nuestra experiencia pasada y entenderla dentro de marcos de referencia: el entorno inmediato, el mediato y el entorno universal.

Mantener una actitud de desapego respecto de nuestro pasado es contemplar nuestra historia particular como un bien que pertenece a toda la humanidad. Esta actitud nos da la libertad necesaria para comprender y superar hábitos de pensar, de sentir y de actuar que nos limitan. De esta manera creamos formas de pensar y de sentir más aptas para lograr nuestro desenvolvimiento.

Desapegarnos de nuestro pasado es aprender a reconocernos sin culparnos, justificarnos ni vanagloriarnos. Es comprender y callar; es estar dispuesto al cambio necesario para desenvolvernos.

Esta actitud de desapego es indispensable para nuestro adelanto y el de la humanidad, ya que todo lo que nos ha pasado es aprendizaje sobre nosotros mismos, sobre el sistema de relaciones inmediato –nuestro contexto personal– y sobre el sistema de relaciones del amplio contexto de la humanidad.

LA INCERTIDUMBRE DEL MAÑANA

Sexta Enseñanza

“La búsqueda de certidumbre bloquea la búsqueda de sentido. Incertidumbre es la verdadera condición que impulsa al hombre a desenvolver sus poderes”.

Erich Fromm (1900-1980) Escritor y pensador alemán naturalizado estadounidense.

Dejarnos llevar por el miedo a la incertidumbre del futuro inhibe el desarrollo de nuestras posibilidades, nos produce un continuo sufrimiento, nos encierra en nuestro egoísmo y nos ata a lo que nuestra mente temerosa considera seguridad.

Aunque hagamos planes y tratemos de preverlo todo, rara vez la vida se nos presenta tal como esperamos. Aun la muerte, el aspecto más previsible del futuro, nos causa incertidumbre ya que no sabemos cómo o cuándo se nos va a presentar.

Los acontecimientos que esperamos con alegría también están empañados por incertidumbre. La felicidad de tener un hijo está empañada por infinidad de temores acerca de su salud, de sus posibilidades, de su felicidad. Quien hoy tiene poder y riqueza mañana puede ver su mundo derrumbarse en la pérdida y el desaliento. Cuando los buscadores de la verdad creen haber encontrado la respuesta a sus dudas, un nuevo descubrimiento hace obsoletas las ideas en las que confiaban, mostrándoles que la verdad definitiva se mantiene fuera de su alcance.

Ni siquiera podemos estar seguros de nuestra propia conducta. Muchas veces nos descubrimos viviendo en forma diferente de la que habíamos elegido, actuando de una manera que creíamos haber superado para siempre. Aún en algunos casos llegamos a renegar de ideales que habíamos abrazado para toda la vida. Por eso, quienes sincera y humildemente trabajamos para desenvolvernos, pedimos la ayuda divina para perseverar en nuestra vocación.

¿Cómo liberarnos del peso y las limitaciones que nos trae el miedo a la incertidumbre?

Aceptando que la incertidumbre del mañana es nuestra única certidumbre. Esto que es tan fácil de expresar en palabras, para realizarlo exige un largo camino de cambio de actitudes en la vida cotidiana.

¿Cuándo comenzamos a dar los primeros pasos respecto de la aceptación de la incertidumbre del mañana?

- Cuando estudiamos nuestras acciones pasadas y vemos los frutos de bien o de dolor que esas acciones nos producen en el presente; así aprendemos a construir un futuro mejor
- Cuando nos hacemos responsables de las consecuencias de nuestras acciones
- Cuando no desaprovechamos el sufrimiento producido por la ignorancia de ayer con quejas, lamentos y acusaciones
- Cuando hacemos del dolor un aviso que nos señala lo que tenemos que cambiar
- Cuando no condicionamos nuestro presente al miedo de lo que eventualmente pueda ocurrir en el futuro

- Cuando comenzamos a comprender la debilidad que nos produce apoyarnos en nuestro amor propio
- Cuando trabajamos teniendo en cuenta el bien común y no supeditamos nuestras acciones a las posibles recompensas que podríamos conseguir
- Cuando comenzamos a comprender el engaño de pretender lograr nuestro bien a costa del bien común
- Cuando aceptamos que la verdadera y duradera satisfacción que podemos experimentar es una función tanto del bienestar nuestro como del de quienes nos rodean.

Trabajar teniendo en cuenta el bien común y no supeditar nuestra conducta y nuestras elecciones a posibles ventajas personales y recompensas pareciera, a primera vista, una mortificación. Sin embargo, la práctica de estas actitudes nos da fuerzas y claridad de miras; nos ayuda a liberarnos del peso del miedo al futuro y nos allana el camino hacia la realización de nuestras posibilidades reales.

Cuando ampliamos nuestras miras incluyendo el bien común en nuestra toma de decisiones, cuando amamos poner atención e interés en lo que hacemos sin preocuparnos tanto por las posibles recompensas, encontramos una plenitud tan grande que no tememos lo que pueda sobrevenir luego. No hay recompensa mayor que vivir el presente con plenitud, y confiar en que lo que ocurra en el futuro será lo mejor y nos encontrará con la fuerza necesaria para enfrentarlo. Nuestra mejor apuesta para una vida plena y serena es vivir el presente tan bien como nos sea posible.

Por otra parte, recordemos que la actitud de sacrificio respecto de la incertidumbre del mañana trae como consecuencia la sabiduría de prever para el futuro, de vivir con prudencia y moderación y de aceptar el dolor que ni nuestra mejor disposición interior, ni nuestra voluntad ni nuestro conocimiento actual pueden evitar.

LOS LAZOS DE SANGRE

Séptima enseñanza

“Padre, Madre y Yo,
Hermana y Tía decimos
Toda la gente como nosotros somos Nosotros,
Y cualquier otro es Ellos.”

Rudyard Kipling (1865 - 1936) Escritor y poeta británico nacido en India.

Los aspectos del sacrificio descritos en enseñanzas anteriores muchas veces pasan inadvertidos ya que suceden en nuestro interior. Otros aspectos del sacrificio, por implicar interacciones directas con otras personas, son más visibles.

Los lazos de sangre representan el sexto misterio del sacrificio. Estos lazos son apoyos valiosos porque nos ayudan a protegernos mutuamente, a asimilar la experiencia acumulada a través de las generaciones y a transmitir la cultura; pero también nos ocasionan sufrimiento por la carga emotiva y la dependencia afectiva, biológica y económica que los acompañan.

La falta de suficiente objetividad en las relaciones familiares nos impide comprender cabalmente a quienes más queremos, y ésta es una de las mayores causas de nuestro sufrimiento. Los padres suelen no comprender a sus hijos, los esposos muchas veces no se comprenden entre sí y a los hijos les resulta difícil entender los puntos de vista de sus padres. Ejemplo de esto son los desencuentros generacionales y el gran porcentaje de familias desavenidas. Además, lo que vemos con claridad en la familia ajena nos resulta difícil percibirlo en la nuestra.

Los lazos de sangre también causan sufrimiento cuando unen a personas que tienen poco en común cultural y espiritualmente. Si no existe suficiente comunicación y afinidad de objetivos fundamentales, se originan problemas de intolerancia y desavenencias profundas.

La influencia de los lazos de sangre en la sociedad puede ser tanto positiva como negativa, según cómo se orienten las fuerzas biológicas y psicológicas que unen a los individuos.

Los lazos de sangre ocasionan sufrimiento cuando dan rienda suelta al instinto de conservación en toda su crudeza. Esto induce a que las familias se mantengan como núcleos cerrados que trabajan sólo para su propio beneficio, aumentando la separatividad que ya existe en el mundo.

Cuando los lazos de sangre se transmutan en un amor expansivo, la familia es fuente de bienestar material, mental y espiritual para sus integrantes y para la sociedad.

La actitud de sacrificio nos lleva a crear una familia que, por practicar la renuncia y poner empeño en el desenvolvimiento espiritual, trabaje para ser fuente de bienestar para muchos. Las relaciones familiares, cuando se basan en el respeto mutuo y la reverencia hacia lo divino, en la tolerancia y la ayuda recíproca entre sus miembros, en el trabajo diligente y eficiente, son fuente de bien individual y social, espiritual y material. Los lazos de sangre de por sí no son un bien individual ni tampoco uno colectivo. Sin embargo, cuando los lazos de sangre se nutren en relaciones familiares positivas y espirituales, son el principio de una sociedad más justa, más equilibrada y más participativa.

En una familia dedicada a desenvolverse como núcleo espiritual hay lugar para la comunicación, la ayuda mutua y la asistencia a los demás. El amor expansivo nos impulsa a superar objetivos egoístas que oponen nuestro beneficio particular al de los demás; nos enseña a participar con la humanidad.

Al trabajar para desenvolver nuestros lazos familiares tenemos que cuidar de no confundir desapego con egoísmo o con indiferencia. El esfuerzo por lograr nuestro propio desenvolvimiento, cuando está bien orientado, nos muestra las responsabilidades que tenemos respecto de nuestra familia. Trascender no implica desatender. Cortar lazos egoístas no es dejar de amar o desentenderse de responsabilidades. Por el contrario, significa amar más profundamente y hacer lo que sea necesario para el beneficio de todos.

Cuanto más universal es el objetivo que nos mueve, más nos impulsa a trascender el círculo de los apegos de los lazos de sangre. Liberarnos de los apegos que nos encierran y nos limitan expande nuestro amor y nos enseña a incluir más y más seres humanos en el círculo de nuestros afectos. Hacer el sacrificio de dejar de ser “nosotros” como opuestos a “ellos” nos da la posibilidad de crear un “nosotros” en el que seamos “todos” y “cada uno”.

La actitud de sacrificio respecto de los lazos de sangre tiene que ser alimentada durante toda la vida. No esperemos acabar con ese trabajo rápidamente, por más diligentes que seamos. Recordemos también que quien ama bien nunca deja de amar, aunque su amor sea en ciertos casos fuente de lágrimas y, en otros, fuente de felicidad y participación.

EL QUÉ DIRÁN

Octava Enseñanza

“Quien no presta atención ni a las alabanzas ni a las críticas de quienes se dedican a encontrar faltas en los demás tiene gran tranquilidad de corazón.”
Honorato de Balzac (1799-1850). Escritor francés.

Por más que procuremos armonizar nuestros actos de la vida corriente con los principios y los objetivos más altruistas que profesamos tener, la opinión que otros tienen sobre nosotros escapa a nuestro control; la crítica y la murmuración son generalmente inevitables.

Es una prueba dolorosa ser objeto de murmuración y censura y hasta de crítica sana. Sin embargo, para trabajar en nuestro desenvolvimiento espiritual tenemos que estar preparados para sobrellevar esta pena y utilizarla para nuestro adelanto.

Tenemos que distinguir entre la retroalimentación que nos ayuda a conocernos, la crítica malsana que nos destruye, la murmuración que nos hace perder la paz interior y la adulación que corroe nuestra capacidad de auto-conocimiento. La actitud de sacrificio respecto del qué dirán empieza con este discernimiento.

No solamente la crítica malsana nos mortifica. La incompreensión también es fuente de sufrimiento. Como cada uno de nosotros tiene su característica particular, no siempre somos bien comprendidos por los demás. Aun nuestros compañeros de camino pueden, involuntariamente, hacernos padecer intensamente. Según un dicho antiguo, “los buenos hacen sufrir a los buenos”. No son los inconvenientes, ni el trabajo, ni los reveses los que más nos agobian, sino la incompreensión de los demás; especialmente la de aquéllos a quienes más queremos.

Rara vez quienes beneficiaron a la humanidad fueron reconocidos en su tiempo. La sociedad ensalza a sus benefactores después de muertos, pero en la mayoría de los casos los ignoran y hasta los mortifican y desdeñan mientras viven. Si esto les ocurre a seres notables, ¿qué podemos esperar quienes no pretendemos ser extraordinarios sino trabajar con humildad para el bien común? Aun los actos más nobles y rectos pueden ser mal interpretados y criticados. Hay que aceptar de antemano el dolor que implica la incompreensión de los demás.

Murmurar y criticar perjudica grandemente al que murmura porque lo lleva a hacer un hábito del pensar mal de los demás; perjudica al que es objeto de murmuración pues daña su reputación y vulnera sus sentimientos. La actitud de sacrificio respecto de la crítica y la murmuración se expresa por un lado en no caer en el vicio de enjuiciar y censurar y, por el otro, en continuar sin vacilaciones hacia el objetivo elegido, aceptando el enjuiciamiento ajeno como una realidad que no podemos cambiar.

Si nos mantenemos alejados de la adulación, si aceptamos la incompreensión y la retroalimentación de los demás como medios de auto-conocimiento y si no caemos nosotros en la murmuración y la crítica malsana, esta actitud de sacrificio nos da la fortaleza interior necesaria para vivir nuestra vida tal cual nuestro ideal espiritual nos lleva a vivirla.

LAS CIRCUNSTANCIAS MATERIALES

Novena Enseñanza

“Amor y trabajo son las piedras angulares de nuestra condición de seres humanos.”

Sigmund Freud (1856-1939) Neurólogo y psiquiatra austriaco.

Por más que nos dediquemos a cultivar nuestro espíritu, esa no es excusa para desatender nuestras necesidades materiales.

A veces nos parece que el esfuerzo diario que hacemos para subsistir es un obstáculo para nuestro adelanto espiritual; sin embargo, tan pronto empezamos a analizar la situación, nos damos cuenta de que no es así. Desarrollar la capacidad de atender a las necesidades materiales personales y las de quienes dependen de nosotros, sin desatender nuestro trabajo interior, mantiene el equilibrio indispensable para nuestro desenvolvimiento espiritual. Más aún, cuando despierta en nosotros la conciencia de la situación económica que enfrenta la humanidad, la necesidad de esforzarnos con eficiencia y dedicación para subsistir se transforma en un medio para participar y trabajar para el bien de todos. Este trabajo por el bien común es inseparable del que efectuamos para nuestro desenvolvimiento espiritual.

El octavo misterio del sacrificio representa el esfuerzo que hemos de hacer para ganarnos el sustento. Para la inmensa mayoría de los seres humanos, gran parte del tiempo y de la energía se consume en el trabajo para conseguir alimentación y vivienda. A pesar de ello y de los adelantos alcanzados en el campo de la productividad, buena parte de la humanidad vive en la escasez, y grandes sectores padecen hambre y desnutrición crónicas.

Cuando es muy grande la privación que nos imponen las circunstancias materiales no tenemos otra opción que la de aplicar toda nuestra energía al esfuerzo para sobrevivir. Sin embargo, tan pronto como alcanzamos un poco de holgura material aparece la tentación de vivir sin esforzarnos, de escapar de la tenaz demanda del trabajo diario. A veces soñamos con cambiar de ocupación, o con mudarnos a otro lugar, o con hacer tareas que, a nuestro juicio, son más importantes que las que estamos efectuando, o bien pensamos que si no tuviéramos que luchar para atender a las necesidades materiales podríamos realizar nuestros sueños de liberación espiritual. Cambiar el trabajo que no nos gusta por otro que nos agrada, dejar un lugar para ir a otro más placentero, no siempre nos da los resultados esperados. Si bien cambiar de lugar o de empleo puede darnos nuevas posibilidades, también puede encubrir incapacidad para enfrentar las dificultades.

La actitud de sacrificio respecto de las circunstancias materiales nos enseña a enfrentar los desafíos que nos abren posibilidades y también a aceptar el esfuerzo de mantenernos en lo que estamos haciendo, transformando nuestro trabajo en un medio de desenvolvimiento espiritual. Cuando aparece el deseo de cambiar de lugar de residencia, de trabajo o de profesión, la actitud de sacrificio nos da la perspectiva necesaria para evaluar nuestras opciones y distinguir entre posibilidades genuinas y sueños de escapes.

Una tentación que puede aparecer cuando alcanzamos holgura material es la de gastar tanto como podamos ganar, o en desear ganar más para poder gastar más. Poco a poco, bienes prescindibles se transforman en indispensables. Nada nos es suficiente. Ya no nos alcanzan los

ingresos para sentirnos satisfechos con lo que tenemos. No consideramos siquiera la posibilidad de ahorrar para necesidades futuras, ni para asistir a quienes necesitan ayuda. Es así como vamos perdiendo la capacidad de discernir entre lo necesario y lo superfluo.

La actitud de sacrificio respecto de las circunstancias materiales nos enseña a poner límites a los deseos y, consecuentemente, a la manera de vivir y consumir. Cada circunstancia material nos sirve para comprender la situación, las dificultades y las penas de millones de seres humanos. Hay personas que, pudiendo vivir en forma desahogada, por participación eligen vivir muy frugalmente. Ellas renuncian a la posibilidad de una vida más regalada para participar con los que no pueden elegir vivir mejor. Refiriéndose a este aspecto de la vida, un maestro espiritual decía: “Nunca viviría de manera diferente de la que vivo, aunque puedo disponer de muchos más bienes de los que uso ahora.”

Ocuparnos sólo de lo que nos resulta más fácil o de lo que nos gusta podría esconder el desinterés por lo que otros tienen que efectuar para que nosotros podamos subsistir y desenvolvemos. Por eso es bueno realizar algunas tareas que no nos agradan, en vez de evitarlas. Esto nos ayuda a valorar y dignificar el trabajo y nos ayuda a comprender a quienes, para poder subsistir, no pueden elegir otra cosa más que el trabajo que encuentren, por más mortificante que sea.

Cuando nos empeñamos en efectuar cada vez mejor tanto lo que nos gusta como lo que no nos gusta hacer, vamos perdiendo el hábito de dividir la vida entre lo placentero y lo desagradable, y descubrimos la belleza de los actos bien realizados. Efectuar muy bien lo que tenemos que hacer da sentido incluso a las acciones que nos parecen intrascendentes.

El esfuerzo continuo para satisfacer las necesidades materiales es, para unos más que para otros, un aspecto doloroso de la vida. Decimos para unos más que para otros porque este esfuerzo depende de nuestra posición económica, nuestra educación y nuestras características personales. Pero cuando abrazamos el trabajo con amor, dedicación y alegría, se transforma en un medio inapreciable para participar, comprender y unirnos a todos los seres humanos. Por otra parte, el hecho de trabajar para satisfacer las necesidades materiales y resolver los problemas de la vida equilibra nuestro trabajo espiritual. Nuestro desenvolvimiento interior se expresa en la capacidad creciente de resolver las dificultades prácticas de la vida.

LA COMPASIÓN

Décima Enseñanza

“El problema humano básico es la falta de compasión. Mientras este problema subsista, subsistirán los demás problemas. Si se resuelve, podemos esperar días más felices.”

Tenzin Gyatso. Decimocuarto Dalai Lama del Tíbet (1935 -).

Cada uno de nosotros responde al dolor humano de acuerdo con sus características personales y con su grado de desenvolvimiento espiritual. Más egoístas somos, más nos apartamos de las penurias humanas escudándonos ya sea en la indiferencia o reaccionando con sentimentalismo, para luego olvidar rápidamente y continuar viviendo como si tales penurias no existieran. La indiferencia nos sume en la insensibilidad y cierra nuestras posibilidades de desenvolvernos espiritualmente. El sentimentalismo gasta nuestras energías en vano; es una reacción emocional que ni alivia el dolor ni despierta la conciencia.

A medida que nos desenvolvemos espiritualmente aumenta nuestra percepción de la necesidad y del sufrimiento de quienes nos rodean, y nuestra respuesta ante el dolor se hace cada vez más genuina y más compasiva.

Las personas bien intencionadas tratamos de aliviar el dolor a través de obras de bien. Los hospitales, los asilos, las instituciones benéficas, son obras que responden a necesidades físicas, económicas y afectivas del ser humano. Sin embargo todos esos esfuerzos mitigan los males pero no siempre trabajan sobre la raíz misma del sufrimiento. Es necesario que, por lo menos algunos, estemos dispuestos a transmutar el sufrimiento en compasión, comprensión y participación, para que los dolores que puedan evitarse se eviten, para que no sean necesarias las dádivas pues desarrollamos la capacidad de construir sociedades más justas, para que cada uno de nosotros aprenda a ocupar un lugar en el mundo y no usurpe el lugar de los demás.

La compasión nos cambia, nos hace sentir intensamente el sufrimiento de quienes nos rodean y nos lleva a preguntarnos: “¿Por qué tenemos que sufrir tanto los seres humanos? ¿Por qué somos tan ciegos y nos lastimamos continuamente los unos a los otros?” Por sobre todo nos lleva a preguntarnos: “¿Qué puedo hacer para aliviar el dolor ajeno?” Las respuestas a esta última pregunta pueden ser muy variadas pero todas ellas, si son genuinas, nos llevan a comprometernos y a dar de nosotros mismos, no solamente de nuestras posesiones.

Dice una leyenda budista que cuando el corazón del Budha se abre y él mira al mundo, se calman los dolores, se alivian las penas, cesa el llanto y por un instante reina la felicidad. De la misma manera, salvando las distancias, en la medida en que sentimos en nosotros el sufrimiento de la humanidad, estamos creando las bases de un mundo más armónico y dichoso pues ese sentir nos hace responder vitalmente, ofrendando de nosotros mismos.

Cuando consagramos nuestra vida al bien de las almas, comenzamos a aliviar realmente el sufrimiento del mundo. Aliviamos espiritualmente a través de nuestra participación interior; prácticamente, a través de la percepción del bien que podemos hacer en nuestro medio y de la acción consecuente que llevamos a cabo. Abrazando el noveno misterio del sacrificio vivenciamos uno de los aspectos más profundos de la vida espiritual.

LA SABIDURÍA

Undécima Enseñanza

“El ignorante afirma, el sabio duda y reflexiona.”
Aristóteles (384 AC-322 AC) Filósofo griego.

Así como el noveno misterio del sacrificio, en su grado más elevado, es vivenciar la compasión en toda su profundidad, el décimo misterio es vivenciar la sabiduría que nos lleva a responder con sentido de participación interior y con ayuda efectiva.

Aunque no podamos eliminar el dolor inherente a las leyes de la vida, es mucho lo que podemos hacer para evitar los sufrimientos producidos por la ignorancia y la falta de desenvolvimiento espiritual.

Además de desarrollar la sensibilidad para percibir los males y responder a ellos a través de la acción directa, necesitamos comprender el gran contexto en el que se desarrolla la vida y llegar a las causas que dan origen al sufrimiento. Esta es la labor que, paso a paso, comenzamos a realizar cuando nos disponemos a desenvolvernos.

Es bueno recordar que en Las Diez Palabras del Desenvolvimiento Espiritual el saber viene después de callar, escuchar, recordar y comprender. El impulso incontrolado por hacer nos mueve a juzgar, opinar y hacer antes de saber. El corolario de esta actitud es la acción ineficaz y, quizá, contraproducente. La acción efectiva y sabia, en cambio, es posible cuando por callar, escuchar, recordar y comprender percibimos la situación real, y podemos entonces responder a las necesidades reales de una manera efectiva.

Si anhelamos desarrollar sabiduría y aplicarla al bien común, hemos de comenzar por tomar conciencia de nuestra tendencia a juzgar sin saber y por evitar centrar nuestra atención en nuestra problemática personal, expandiendo nuestra visión hacia un entorno cada vez más expansivo. También necesitamos estudiar y aprender al menos lo que otros ya saben sobre las necesidades que deseamos satisfacer.

La solución a los problemas actuales requiere no sólo buena voluntad, sino la sabiduría que nos otorga la habilidad de discernir cualidades y relaciones esenciales en la realidad circundante para aplicar con inteligencia lo que hemos aprendido.

La sabiduría, por presuponer conocimiento y compasión, va unida al respeto y la delicadeza de trato. El bien no se impone, y la rudeza destruye la bondad de las intenciones. El amor desinteresado es una fuerza que permite ayudar sin herir.

Podríamos preguntar por qué comprender el dolor de cada ser humano puede implicar sacrificio, ya que el acto de comprender va acompañado de plenitud interior. Esto es cierto, pero cuando comprendemos el dolor de una persona, ese dolor se hace nuestro. Cuando, además, comprendemos el dolor del conjunto de la humanidad, los dolores de los otros entran en nuestro propio corazón.

El sacrificio nos enseña a mantener una visión universal frente a los sufrimientos individuales. Esto significa incorporar a los seres humanos, uno a uno, dentro de nosotros mismos, sin preferencias ni exclusiones; también significa comprender y amar a cada uno sin reprochar ni dar vuelta la cara a nadie. Para alcanzar este grado de sacrificio es necesario trabajar sobre el

sentimentalismo, la pasión, los apegos, la dependencia que tenemos de lo que nos parece bien o mal. Es necesario no tomar partido, no separar a los grupos en justos e injustos. En una palabra, para comprender y poder llegar a saber qué hacer respecto del sufrimiento, tenemos que dominar los impulsos de nuestro corazón que a veces nos hacen sectarios y discriminatorios, y enfocarnos en hacer más claros y precisos los argumentos de nuestra mente.

Sacrificio es no ceder a la tentación de querer resolver los problemas desde una posición de poder y autoridad. Sacrificio es aceptar que, por más que comprendamos y aun conozcamos las soluciones de los problemas, cada ser humano tiene que recorrer su camino para llegar a comprender y saber por sí mismo.

El sacrificio nos abre camino hacia la sabiduría de no juzgar, de tener la capacidad de poner al descubierto las causas profundas del sufrimiento, de trabajar sobre ellas y de ayudarnos a nosotros mismos a remediar la parte que nos toca de nuestras propias limitaciones. El sacrificio nos hace comprender porque nada nos es ajeno; nos hace extraer de cada experiencia los medios para ayudar donde y cuando tal ayuda es posible, empezando por nuestra propia vida.

Por sobre todo, la sabiduría nos lleva a recordar que el bien es perseguir los fines más altruistas haciendo uso de los medios más excelentes.

LAS LIMITACIONES FÍSICAS

Duodécima Enseñanza

“Fui afortunado al haber elegido física teórica, porque todo su campo está en la mente. De este modo, mi discapacidad no ha sido una seria desventaja.”

Stephen Hawking (1942 -) Físico británico, 1988. Hawking sufre de esclerosis lateral amiotrófica.

Algunos de los misterios del sacrificio que hemos descrito hasta aquí, tales como la compasión y la sabiduría, parecen abrirnos la puerta a la comprensión del sufrimiento producido por las limitaciones físicas que padecen muchas personas. También nos ayudan a comprender que, además del sufrimiento que la misma limitación física trae, se agrega el dolor de la autocompasión y el resentimiento. Pero, quizá, lo que más nos enseñan es que, cuando sufrimos una pérdida, generalmente desarrollamos la capacidad de generar un bien que la compensa.

La aceptación de lo que nos toca vivir, la confianza en que tenemos lo que necesitamos para desarrollarnos y la dedicación a conseguir ese desenvolvimiento, transmuta la autocompasión y el resentimiento que podamos sentir por alguna limitación física que padezcamos, en apertura a nuevas y verdaderas posibilidades.

Desde un punto de vista más amplio, todos tenemos tanto limitaciones como facultades y éstas, bien cultivadas, llegan a compensar con creces las limitaciones que tanto nos hacen padecer.

Ninguno de nosotros puede decir que es físicamente perfecto; de hecho personas de gran belleza física sienten con gran dolor lo que ellas perciben como defectos. Por ejemplo, la gran actriz que, a pesar de tener una belleza física admirable, trata de que no le saquen fotos en uno de sus perfiles pues no acepta algo de su fisonomía. Esto, que a nosotros puede parecernos una simple vanidad, en algunos casos es causa de gran sufrimiento para quien se percibe como padeciendo un defecto.

Las limitaciones físicas dejan de ser factores determinantes en nuestra vida en la medida en que desarrollamos suficiente comprensión y sabiduría como para ubicarnos en un contexto mayor al personal y comprender que todos tenemos posibilidades pero ninguno de nosotros tiene *todas* las posibilidades. Es cuestión de desarrollar suficiente discernimiento como para saber cuáles son las nuestras. Baste nombrar el ejemplo de Hellen Keller. Esta gran persona, asistida por Anne Sullivan, una amiga y educadora excepcional, no sólo superó el aislamiento del mundo exterior que le impusieran su sordera y su ceguera, sino que llegó a cumplir un rol excepcional en el esfuerzo por educar y brindar posibilidades a personas discapacitadas.

Más aún; a veces los defectos físicos parecen favorecer el florecimiento de facultades extraordinarias. Beethoven, a pesar de su sordera, percibió melodías tan excelentes que bien se le podría llamar el Músico de la Sabiduría. La parálisis de Roosevelt le ayudó a desarrollar sus fuerzas mentales. Hay, en este sentido, muchísimos ejemplos. ¿Quién recuerda hoy las limitaciones físicas de estas personas? Son sus realizaciones las que perduran.

En la sociedad actual reconocemos que todos tenemos limitaciones y posibilidades, y los adelantos de la medicina, de la biotecnología y la implementación de leyes que protegen los derechos de las personas con limitaciones físicas, han hecho posible que nos relacionemos en

forma productiva y desarrollemos nuestras capacidades sin desmerecer ni exaltar a nadie sino reconociendo el valor de cada ser humano.

La comprensión del dolor y las dificultades de quienes sufren limitaciones físicas, la sabiduría de responder a ese dolor y dificultad sin discriminación y con los medios necesarios para que esas personas puedan llegar a realizar sus posibilidades, hacen a la sociedad más justa y más armónica.

El reconocimiento que cada uno de nosotros y la sociedad en su conjunto evidenciamos hacia quienes padecen limitaciones físicas y el respeto por sus derechos, son un estímulo precioso que nos ayuda a todos a transformar el dolor en maduración y expansión interior en el ámbito individual y en participación y felicidad en el ámbito social.

LAS ENFERMEDADES

Decimotercera Enseñanza

“Todos nacemos con doble ciudadanía, la del reino de la salud y la del reino de la enfermedad. Si bien todos preferimos usar solamente el pasaporte bueno, tarde o temprano cada uno de nosotros está obligado, aunque más no sea brevemente, a identificarse como ciudadano de ese otro lugar”.

Susan Sontag (1933 -) Escritora estadounidense, New York Review of Books

Los misterios del sacrificio que enumeramos hasta aquí son universales pues, en una forma u otra, esos misterios son los compañeros de camino del ser humano. El duodécimo misterio del sacrificio no escapa a esta norma, ya que nadie está libre de padecer enfermedades.

Desde la juventud se establece en el organismo una lucha escondida y enconada entre agentes patógenos, algunos de cuyos aliados mentales son el temor, el estrés y la ansiedad, y el conjunto de resistencias del organismo. Estas últimas tienen como auxiliar la actitud de sacrificio que nos enseña a mantener la salud del cuerpo trabajando a dos niveles. Al nivel físico, llevando una vida sana, frugal y balanceada. Al nivel mental, aprendiendo a manejar el temor y aceptando el dolor cuando éste no se puede evitar.

A través del miedo, el estrés y la ansiedad el cuerpo se torna vulnerable a la enfermedad. En vez de mantener la mente en estos estados tan negativos, necesitamos generar pensamientos positivos y estimulantes y, además, vivir saludablemente, tanto física como espiritualmente.

Es importante que armonicemos cuerpo y mente a través de un método de vida sano y simple. Los hábitos de higiene mental y física, la alimentación adecuada, la buena disposición, los pensamientos nobles y la recta intención, nos ayudan a mantener la salud de la mente y del cuerpo.

Si padecemos alguna enfermedad, además de tratarla médicamente es bueno aceptar la situación y enfrentarla con valentía. La fortaleza interior y la comprensión de que lo que nos ocurre es parte de la condición humana, nos ayudan a enfrentar las enfermedades con actitud positiva para superarlas.

Hay casos en los que la fuerza del pensamiento y el espíritu de sacrificio, si bien no pueden vencer a una enfermedad grave, crean defensas que la localizan y no le permiten avanzar. Pero también hay casos de personas que vencieron enfermedades aparentemente incurables con su estoicismo y su capacidad de vivir con objetivos nobles y expansivos. El General San Martín, durante la lucha por la emancipación sudamericana, se vio aquejado por las hemorragias de sus úlceras estomacales. Pero, a pesar de la falta de tratamientos médicos eficaces, su enfermedad no le impidió dedicarse de lleno a sus tareas militares. En una oportunidad dijo: “Quiero terminar mi obra antes de morir; no me importa mi enfermedad”. Más adelante, sus úlceras se curaron y vivió hasta los 72 años.

La enfermedad, vivida con actitud de sacrificio –cuidado de la salud y aceptación de lo inevitable– nos mantiene alertas y actúa como un estimulante de nuestro desarrollo espiritual. Es notable el ejemplo de Stephen Hawking. A pesar de estar físicamente inmovilizado y no poder articular palabras, este científico continuó con sus clases y la investigación física. Según él, su enfermedad le dio libertad para usar mejor sus facultades mentales.

La prevención de la enfermedad es un aspecto de nuestra responsabilidad individual y social. La aceptación de la enfermedad que no podemos evitar es un aspecto de nuestro trabajo espiritual. Salud y enfermedad son dos aspectos de nuestra vida. La actitud de sacrificio nos ayuda a comprender esta condición que rige para los seres vivos y a saber distinguir entre lo que podemos evitar, cambiar y controlar y lo que hemos de aceptar.

LA SEPARATIVIDAD

Decimocuarta Enseñanza

“La unidad es la variedad, y la variedad en la unidad es la ley suprema del universo.”

Isaac Newton (1642-1727) Matemático y físico británico.

La naturaleza se expresa con un esplendor maravilloso, pero apenas la observamos en detalle vemos que los organismos vivos están en lucha permanente para sobrevivir. Esta lucha que llamamos instinto de conservación y que nos ayuda a sobrevivir, es también causa de sufrimiento, destrucción y muerte.

Los seres humanos, por la forma en que respondemos al instinto de conservación, generamos la separatividad que tanto nos hace sufrir.

Cada uno de nosotros pertenece a un grupo social y étnico, tiene ciertas creencias, posee un determinado nivel económico y se mueve en ciertos círculos y no en otros. Este sentido de pertenencia a un cierto grupo, si no tomamos conciencia de la limitación que nos impone, se transforma en un bien a defender, una necesidad de prevalecer y de subyugar. Cuando el sentido de pertenencia a un grupo se hace excluyente de todo otro grupo, cuando nos hace intolerantes ante las diferencias, cuando nos hace temer o rechazar a los que son diferentes a nosotros, produce un dolor que nos hace reaccionar unos contra otros desatando violencia, guerras y persecuciones.

Es común que profesemos que todos los seres humanos somos iguales; pero en la práctica, muchas veces, cada uno de nosotros mantiene su separatividad. En no pocas ocasiones, quien posee bienes materiales se cree más que el pobre, el de un grupo étnico se siente superior a los que pertenecen a otros grupos. La separatividad está en la raíz de lo que creemos ser, en nuestra identificación con algunos aspectos relativos a nuestra circunstancia particular.

La separatividad a veces nos impulsa a actos de heroísmo con el afán de que nuestro grupo humano prevalezca sobre otros. Sin embargo, el sacrificio que redime y eleva no es el de ir a la muerte abanderado por una causa, sino el de renunciar a la separatividad comprendiendo el lugar que las características propias juegan en el conjunto humano, para unirnos y hacer entre todos una sociedad que incluya a todas las comunidades humanas.

En vano clamamos por la paz y la fraternidad mundial si no estamos dispuestos a tomar una actitud de sacrificio, renunciando a la separatividad. Sacrificando la separatividad podemos evitar el sufrimiento que nos causamos a nosotros mismos y a los demás luchando unos contra otros.

La paz duradera es posible cuando, a través de nuestro propio desenvolvimiento, descubrimos nuestra verdadera identidad como miembros de una comunidad universal y espiritual. Cuando comenzamos a ver a cada ser humano en su carácter de ser único, cuando descubrimos que todos merecemos ser tratados con igualdad, respetando nuestra individualidad, desaparecen las distinciones y las barreras que nos dividen a unos de otros y la paz se hace un objetivo alcanzable.

EL BIEN Y EL MAL

Decimoquinta Enseñanza

“La razón es hija de la imperfección. En los invertebrados todo está programado. ¡Nosotros, no! Y, al ser imperfectos, hemos recurrido a la razón, a los valores éticos: ¡discernir entre el bien y el mal es el grado más alto de la evolución darwiniana!”

Rita Levi-Montalcini (1909 -), neuróloga, premio Nobel de medicina de 1986.

¡Cuántos dolores padecemos por nuestra falta de discernimiento entre el bien y el mal! Estos dolores son causados tanto por los que nos creemos buenos y nos erigimos en censores y condenadores de la conducta de los otros como por los que, sin importarnos las consecuencias, actuamos con desaprensión e indiferencia y hasta con satisfacción ante el dolor ajeno.

El bien y el mal son cualidades que atribuimos tanto a objetos como a nuestras propias acciones y pensamientos. Para determinar que algo es bueno analizamos si es beneficioso. Para determinar si algo es malo analizamos si produce daño. Sin embargo, esta distinción que a primera vista parece sencilla, no lo es. La distinción entre el bien y el mal es el tema central de la ética y tanto filósofos como teólogos y místicos han pasado sus vidas tratando de elucidar este tema.

El objetivo de esta enseñanza no es entrar en disquisiciones académicas sino más bien ayudarnos a discernir qué actitud desarrollar en nuestra vida diaria para que podamos promover el bien y evitar el mal, ayudándonos a promover la paz, la armonía y nuestro bien así como también el bien de quienes nos rodean.

El pensador romano Plinio el Viejo (23?–79) nos da un consejo práctico a este respecto. Nos dice que actuemos siempre de tal modo que nos aseguremos el amor de nuestros vecinos. Podríamos también decir que si queremos vivir en paz tenemos que dejar de generar discordia; si queremos relaciones basadas en la honestidad y la lealtad, necesitamos evitar la traición y las mentiras. Podríamos seguir señalando valores, conductas altruistas, códigos de conducta coherentes con principios éticos pero, ¿qué principio fundamental tendría que guiarnos para no confundir el bien y el mal en relación a nuestras acciones cotidianas?

Como misterio de sacrificio, el discernimiento entre el bien y el mal está directamente relacionado con el principio del desenvolvimiento espiritual: la unidad de todos los seres humanos y el destino conjunto de unión con lo divino. Desde este punto de vista, el bien es lo que nos une como seres humanos, nos lleva a respetar la diversidad y la individualidad de cada uno y nos acerca a lo divino; el mal es lo que nos sume en la separatividad, nos lleva a avasallar a otros y a querer que se amolden a nuestra voluntad y nos separa de lo divino.

En la práctica, esto implica el gran sacrificio de escudriñar nuestras acciones, intenciones y pensamientos, evaluar nuestra conducta y desarrollar la fuerza de voluntad necesaria para mantener activo el discernimiento entre lo que es bueno o malo hacer en un momento determinado. Esto nos llevará hacia sentimientos cada vez más altruistas y amorosos.

La distinción entre el bien y el mal no es un bien que alcanzamos y poseemos una vez para siempre. Es un sacrificio, continuamente renovado, en cada decisión que debemos tomar.

Es muy fácil sentirse “bueno” y criticar a los “malos”; sentir que estamos del lado del bien y que hay malvados que están llenos de mal. Es fácil enfocar en personas con desviaciones morales serias y sentir que estamos por sobre ellos. Sin embargo, no hay ningún ser humano que tenga en su alma un mal del cual no seamos parte en alguna medida todos los demás seres humanos. Es por ello que la distinción entre el bien y el mal es un proyecto de vida que requiere toda nuestra honestidad, capacidad de autoevaluación y fortaleza para vivir de acuerdo a nuestras convicciones.

El discernimiento entre el bien y el mal tiene algunos enemigos acérrimos: el egoísmo, la indiferencia, la intolerancia y la soberbia. Su aliado más valioso es también muy poderoso: el proceso del desenvolvimiento espiritual.

LA MUERTE

Decimosexta Enseñanza

“La muerte, siendo un hecho universal, es a la vez tan personal, que de ella puede decirse que es el momento en que espiritualmente se condensa la vida humana.”

Ángel Ganivet (1865-1898) Escritor, ensayista y narrador español.

El decimoquinto misterio del sacrificio es la muerte. Es el más universal de los misterios, ya que todos tenemos que enfrentarlo; el dolor de la muerte llama a todas las puertas.

Sin embargo, en la práctica, muchos vivimos como si nunca fuéramos a morir, como si fuéramos los únicos dignos de escapar a esa ley de la vida. Algunos no queremos ni siquiera oír hablar de la muerte; huimos de toda conversación que se refiera a ella.

Por más que nos afanemos no podemos evitar el paso del tiempo; no podemos impedir que la salud y la juventud se nos escapen de las manos. Algunos sufrimos porque vemos cumplidas muy pocas de las ilusiones de nuestra juventud. Sueños de obras, conquistas, realizaciones, caen poco a poco, dejando tras de sí desilusión y amargura. Otros vemos empañarse la alegría de nuestros triunfos por la pérdida de nuestra energía o de nuestras facultades mentales. Los achaques de la vejez nos impiden el deleite de la victoria.

Cuanto más concientes somos del proceso de maduración que experimentamos a lo largo de nuestra vida, más comprendemos que la vida es breve y que la vejez y la muerte con seguridad golpearán a nuestra puerta.

Para quienes estamos apegados a la belleza del cuerpo, los años de la declinación física son un largo período de martirio. Unos pocos prefieren morir a verse envejecer. Friné, la bella griega, se arrojó a la hoguera para no ver decaer la belleza de su cuerpo. La mayoría de nosotros, sin embargo, elige el camino de negar el envejecimiento con artilugios variados y rechaza la realidad de la declinación física y de la muerte con la ilusión de ignorarla.

No solamente la declinación física nos acosa. También la pérdida de la prominencia profesional, de la autoridad familiar, de la relevancia social, son muertes que necesitamos enfrentar. Pero esta realidad, que muchas veces percibimos como pérdida, se compensa con creces al despejarnos el camino hacia una profundización de nuestra individualidad y de nuestra conciencia de ser.

¿Cómo podemos aprender a morir con serenidad y sabiduría? El sacrificio de mirar a la muerte de frente nos permite vencer el temor, que es el aspecto doloroso de la muerte.

Cuando aceptamos nuestra mortalidad, vamos transformando nuestra vulnerabilidad en fortaleza. El sacrificio de pensar en la muerte nos ayuda a familiarizarnos con ella. La muerte va dejando de ser algo temible, misterioso, y se hace una figura amiga, que nos enseña a vivir, a envejecer bien y a bien morir.

La conciencia de la brevedad de la vida nos hace cuidadosos de nuestro tiempo, de nuestros actos, de nuestras decisiones. La seguridad de la muerte da profundidad a nuestras experiencias. La aceptación de la muerte nos otorga el don de vivir sin temor, con profundidad e intensidad.

Se dice que los monjes trapenses todos los días sacan una palada de tierra, preparando su propia tumba. Haciendo una analogía, es bueno que saquemos, todos los días, una palada de la tierra que los resabios del temor a la muerte y la ignorancia de nuestra condición humana depositaron en nuestra mente, para dejar libre en nosotros el concepto de la muerte tal cual es: un sueño que se hace paz y tranquilidad por virtud de la actitud de sacrificio con que nos disponemos a conocerla y aceptarla.