



# La práctica de la contemplación

---

Introducción (Parte 2) por Javier Alvarado

---

## La no-dualidad en la Biblia

La Biblia no es un texto anquilosado sino una enseñanza que describe procesos psicológicos y espirituales; «En cada página de la sagrada escritura se puede descubrir, tarde o temprano, que se trata de nosotros. Yo soy Adán; somos la familia de Noé; somos los apóstoles que luchan con la tormenta en el lago; caminamos, como Jesús, hacia el calvario y la resurrección, la curación del paralítico «nos sugiere que la más profunda parálisis es el pecado», es decir, el error de dejarse seducir por los pensamientos. En definitiva, los textos sagrados se reactualizan constantemente en nosotros. Explica el *Catecismo de la Iglesia Católica* que, «según una antigua tradición, se pueden distinguir dos sentidos de la Escritura: el sentido literal y el sentido espiritual». En efecto, los textos sagrados adoptan una pluralidad de sentidos con el fin de adaptarse a la capacidad de comprensión de quien los recibe. En su sentido más básico o manifiesto, tienen un sentido moral que ilustra la conducta social y religiosa del creyente dentro del marco dualista; así, el hombre se ve distinto del Creador y se dirige a Él como una entidad separada: «Padre nuestro que estás en los cielos». Es el ámbito del hombre terrestre, viejo, carnal, exterior y sensorial. Pero en su interpretación más elevada o espiritual, un mismo pasaje posee otro marco o nivel de enseñanza superior en el que la separación Dios/hombre es transcendida. Es la interpretación no-dual.

Varias citas bíblicas ilustran el fundamento no-dual de la Tradición judeo-cristiana. *Dios es el Ser y la Consciencia de Ser*, por ejemplo, cuando la Divinidad revela a Moisés su Nombre; «Yo soy quien Yo soy» (*HYH SR HYH*) no está comunicando solo la unidad y unicidad del Ser. Ciertamente, al afirmar primeramente «Yo soy», aparece la cualidad de la *Eseidad* pero, al manifestar seguidamente «... quien Yo soy» no hay redundancia, sino una reflexión que indica el origen de la *Consciencia*; *Yo soy quien Yo soy*, porque soy Consciente de que soy Consciente. Por tanto, la primera palabra, sonido o reflexión de Dios fue la aparición de la primera forma de dualidad o «alteridad»; es decir, saber que se Es, la Consciencia de ser Consciente. El Ser es consciente de Sí Mismo y lo explica bajo la fórmula «Yo soy [*Eseidad*] quien Yo soy [*Consciencia*]». Por eso, la Consciencia [Nous o Logos] es un atributo de Dios, incluso, al igual que la *Eseidad*, es Dios mismo. Así, está escrito que «En el principio

era el Logos, y el Logos era con Dios, y el logos era Dios» (*Juan* 1, 1). Aún más, en el episodio de la zarza ardiente, Yahveh (literalmente «El que Es») manda a Moisés que se le conozca como *Yo soy*: «Así dirás a los hijos de Israel: Yo soy me ha enviado a vosotros» (*Exodo* 3, 14). Por tanto, *Yo soy*, el Ser, es tanto *Eseidad* como *Consciencia*.

Podemos encontrar equivalencias en otras tradiciones espirituales. Por ejemplo, el nombre del Dios hindú Brahman procede de *brahm-ahan*, literalmente «Yo soy», de modo que el *mahavakya* («gran aforismo») o gran mantra «Yo soy *Brahman*» (que aparece, entre otros, en *Brihadaranyaka Upanishad* 1, 4, 10) significa precisamente, «Yo soy Yo soy». Igualmente, la declaración de fe musulmana (*Shahada*) «no hay más seres que el Ser» (*La Illaha Illa Allah*), ha de ser interiorizada como «el Señor es Único, yo no existo fuera de Dios», lo que implica que el sentido de individualidad no es más que una sobreimposición aparente, pues «no hay más yoes que el Yo de Dios», dado que «Yo soy el [Único] que soy».

El Ser *es Uno y Único*; en varios pasajes se afirma que Yahveh es Uno y Único: «Yahveh es Dios, y no hay nada fuera de él» (*Deuteronomio* 4, 35). Igualmente, la profesión de fe judía, el *Shema*, tiene dos interpretaciones; «Escucha, Israel, Yahveh, nuestro Dios, Yahveh es Único» (*Deuteronomio*, 6, 4). En su interpretación manifiesta, implica la prohibición de adorar a otros dioses, pero la interpretación oculta indica que no existe ni hay nada más que Yahveh, de modo que todo lo que se percibe en el universo es ilusorio, vacuo. Nada ni nadie hay fuera de Él: «Yo soy Yahveh, y ninguno más hay; no hay Dios fuera de mí» (*Isaías* 45, 5), porque «Él es Único y no hay otro fuera de Él» (*Marcos* 12, 32). Jesucristo continúa tales directrices al asegurar que «Yo y el Padre somos Uno» (*Juan* 10, 30) y que, para lograr la vida eterna hay que alcanzar la unidad, pues «solo Uno es bueno» (*Mateo* 19, 17).

*Todo está en Dios*, como el Ser es lo único que hay, el Ser Es, la creación no Es, solo existe, es decir, consiste en un devenir impermanente que se fundamenta en el Ser. No hay nada ni nadie fuera de Yahveh, todo está dentro de Él «pues en Él vivimos, nos movemos y somos» (*Hechos* 17, 28), «Todo se mantiene en Él» (*Colosenses* 1, 17), «todos viven por Él» (*Lucas* 20, 38). Solo Yahveh Es, de modo que la Creación está vacía: «Vacuidad de vacuidades todo es vacuidad» (*Eclesiastés* 1, 2), expresión hebrea *hebel*, cuyo significado es «vacío», «futilidad» o «ilusión», similar al *maya* o ilusión del hinduismo (*mā* significa «no», y *aiā* «es»; *maya* es «lo que no es»), o al *śūnyatā* del budismo (*śūnya* significa «nada», «vacío»). Ahora bien, si todo es pasajero, como el «yo» humano también lo es, entonces ¿quién queda para confirmar que todo es ilusorio o vacuidad? Tal condición solo puede atribuirse al testigo último y final, Aquel que conoce, pero no puede ser conocido por nadie: «El hombre dotado

de espíritu puede examinar todas las cosas, pero él no puede ser examinado por nadie» (1 *Corintios* 2, 9-16). Así, llegamos al tema nuclear; ¿Quién es el último testigo que presencia todo sin ser observado por nadie más?

*Yo soy Dios*, afirma el *Catecismo de la Iglesia Católica* que «la revelación del nombre inefable “Yo soy quien Yo soy” contiene la verdad de que sólo Dios Es», lo cual implicaría que *el hombre no Es*, sino que solo existe ¡en cuanto hombre! Ciertamente, hay *algo* en la naturaleza humana que tiene su fuente en el Ser y que, por tanto, lo vincula con el Ser. El hombre, en cuanto Ser, puede lograr la *theosis*, divinización, o unión mística que es descrita en varias perícopas neotestamentarias: Cristo ruega al Padre que sus discípulos «sean uno con nosotros», para que «todos sean uno; como tú Padre, en mí y yo en ti, que ellos también sean uno en nosotros... para que sean uno como nosotros somos uno; yo en ellos y tú en mí, para que sean perfectamente uno» (*Juan* 17, 21-23). Así, cuando «el espíritu de Dios se une a nuestro espíritu» (*Romanos* 8, 16), se completa la realización espiritual de modo que ya «no soy yo quien vive sino Cristo quien vive en mí» (*Gálatas* 2, 20). Si se comprende bien esta afirmación, sobra cualquier enseñanza.

*Jesucristo es Yo soy, el Ser*, Jesucristo reivindica para sí la condición de «Yo soy», insiste en que su naturaleza más íntima es Ser y que la plenitud de «Yo soy» es una condición fuera del tiempo o más allá de la eternidad, pues él mismo afirma; «antes de que Abraham existiera, Yo soy» (*Juan* 8, 58).

*Jesucristo es Uno con el Padre*; como Yahveh es Uno y Único, dado que Cristo es «Yo soy» y es uno con el Padre, «el Padre y yo somos uno» (*Juan* 10, 30), entonces «Yo estoy en el Padre y el Padre está en mí» (*Juan* 14, 11), por eso «quien me ha visto a mí ha visto al Padre» (*Juan* 14, 9).

«Cristo está en nosotros» (*Romanos* 8, 10), y por tanto, puede ser realizado y manifestarse en nosotros. Que «Cristo es todo en todos» (*Colosenses* 3, 11) es un «misterio que había estado oculto desde los tiempos antiguos... es Cristo en vosotros» (*Colosenses* 1, 26-27). Hay un Cristo preexistente y eterno en cada ser humano como «Yo soy», pues «¿no sabéis por vosotros mismos que Cristo está en vosotros?» (2 *Corintios* 13, 5). Ciertamente, se trata de un estado o morada cimera, absoluta e incondicionada que confiere la consciencia de la inmortalidad: «el que cree en mí, aunque muera, vivirá» (*Juan* 11, 25), morada que puede ser realizada; «Os lo digo desde [el] ahora, antes de que suceda, para que, cuando suceda, creáis que Yo soy» (*Juan* 13, 19). El Ser es el dominio del Padre. Como solo cabe llegar al Padre a través de Cristo; «nadie viene al Padre sino por mí» (*Juan* 14, 6), «para que Dios sea todo en todos» (1 *Corintios* 15, 28), el yo humano debe quedar elidido y transfigurado por la



*kenosis*, *theosis* o divinización (*Filipenses* 2, 7). Al final de la antigua senda el «yo» individual es asumido por «el sublime conocimiento (gnosis) de Cristo Jesús, mi Señor» (*Filipenses* 3, 7-8). Jesucristo invoca el *Salmo* 82 para recordar a quienes le interpelan que «dioses sois» (*Juan* 10, 30). También san *Juan* afirmó que, cuando Dios se manifieste en el hombre, «seremos semejantes a él, porque le veremos tal como él es» (1 *Juan* 3, 2). Y san Pablo dijo que, al alcanzar la perfección, «conoceré tal y como soy conocido» (1 *Corintios* 13, 12), *theosis* por la que, como afirmaba Lactancio «el hombre puro terminará por hacerse en todo (*similis Deo*) semejante a Dios» (*Institutiones Divinae*, 6, 23). También, según san Clemente de Alejandría, el cristianismo enseña «a convertirse en Dios» (*Protrepticus* 8,4), lo cual se logra, afirmaba Orígenes, por la contemplación, pues por ella el hombre «es deificado por aquello que contempla» (*Comentarii in Iohannum* 32, 277).

Bien es verdad que la teología cristiana ha matizado la compatibilidad entre la individualidad de la condición humana y la *theosis* y considera inexacto el concepto oriental de realización espiritual entendido como pérdida o sublimación de la individualidad. En efecto, la pervivencia del «yo» (el sentido de separación entre Dios y criatura) es un asunto aparentemente irresoluble. El *Catecismo de la Iglesia Católica* establece que «Dios trasciende toda criatura» (42), de modo que la diferencia entre creador y criatura ha de ser mucho mayor que cualquier semejanza por grande que pueda ser. El Ser Es, la Creación, las criaturas no son, existen. Aun así, el hombre «no desaparecerá como persona cuando sea acogido en la visión inefable de Dios» de modo que, como no permitirá que se hundan en la nada, habrá «un personal llamamiento de cada hombre a la vida eterna», aunque no a todos, sino solo a los que se salven, pues «los elegidos no desaparecen en el ser de Dios». Bien es verdad que esta distinción entre salvados y condenados eternamente parece contradictoria con el misterio de la misericordia de Dios y con la metafísica dado que la idea de que Creador y criatura permanezcan «siempre» diferentes o separados implicaría la existencia de dos absolutos, lo cual contradice la idea de la Unidad del Ser.

## La Presencia Yo Soy

En todo caso, ¿cómo lograr la salvación-liberación-sanación? Hay que confiar en el poder sanador de *Yo soy*. Como está más allá de la mente, *Yo soy* garantiza la liberación, la salud, la paz. «Yo soy Yo soy, Yahveh, y fuera de mí no hay liberación» (*Isaías* 43, 10ss). Alejarse de *Yo soy* conlleva la vuelta a la esclavitud de los pensamientos, al error y a la enfermedad del espíritu. Invocar y permanecer en *Yo soy* es lo que, al alejar los pensamientos, trae la salud: «Todos los que invoquen el nombre de Yahveh serán salvos» (*Joel* 3, 5; *Romanos* 10, 13), «a Yahveh he puesto siempre delante de mí» (*Salmos* 16, 8). Pero si el Ser, *Yo soy*, retira su auxilio se convierte en no-yo soy, todo es ante él «nada y vacuidad» (*Isaías* 40, 17). Lo importante de esta identificación Cristo-Yo soy es que desvela el método contemplativo; en efecto, fijando la atención a «yo soy», al sentido de

ser, se abren las puertas del Reino de Dios. En clave contemplativa «Yo soy el camino» (*Juan* 14, 6) significa «Yo soy [es] el camino». Por eso, san Pablo insta a que «haya en vosotros la misma mente que hay también en Cristo Jesús» (*Filipenses* 2, 5; 3,15, 2 *Corintios* 13, 11 y *Colosenses* 3, 2). La de Cristo es una mente pura, desasida de la apropiación de pensamientos, dirigida por *Yo soy*. Por eso, la presencia de *Yo soy* hace retroceder los pensamientos, especialmente la idea de creerse separado. Así, cuando sumido en el Padre, dijo: «Yo soy, todos [los egos, los pensamientos], anonadados, retrocedieron y cayeron en tierra» (*Juan* 18, 6). Igualmente, cuando la mente es afligida por las tormentas del flujo mental obsesivo, aparece Jesucristo caminando sobre las aguas y establece la calma con solo decir «Yo soy, no temáis» (*Juan* 6, 16-21).

Para ello, el cristianismo propone un nuevo nacimiento o regeneración mediante la iniciación o sacramento del bautismo cuya finalidad es la de propiciar un primer Despertar a la consciencia de ser; «Si uno no nace de nuevo, no puede ver el Reino de Dios» (*Juan* 3, 3). El *Nuevo catecismo para adultos* recuerda que el bautismo o sacramento de la iniciación cristiana se llama también iluminación (aunque sea una iluminación virtual; 236). El bautismo implica un segundo nacimiento porque hay primero un nacimiento como hombre terrenal y viejo, nacido de mujer; pero mediante la iniciación hay también un renacimiento o segundo nacimiento como hombre celeste, nuevo, no engendrado de mujer, y que se asocia al Ser (1 *Corintios* 15, 47). Frente a los usos posteriores que confieren el bautismo a los niños, en los primeros tiempos del cristianismo se otorgaba solo a adultos que habían superado un periodo de catecumenado o probacionismo. En suma, la iniciación o bautismo era un rito o sacramento establecido para proporcionar al candidato *la experiencia del primer Despertar*. Pero tal Despertar no confería solo una comprensión intelectual o una experiencia sentimental sino, por el contrario, la «experiencia» de orden superior de *ser consciente de que se es consciente*. Se experimentaba la separación entre la mente y la consciencia de modo que el bautizado comprendía que es la consciencia, y no la mente, la que presencia los pensamientos. Se denomina comprensión porque inicialmente es una comprensión (y, por tanto, mental) que conlleva una apercepción o aprehensión derivada de una vivencia, es decir, una realización espiritual. Sin embargo, usualmente, este Despertar no era lo suficientemente intenso o vívido como para convertirse en Iluminación permanente. Para ello era necesario experimentar una cadena o secuencias de microdespertares; ello era precisamente la finalidad del sacramento de la Comunión. Comulgar con Cristo, asociarse a *Yo soy*, ofrecía una nueva posibilidad de limpiarse de los pecados-errores provocados por la apropiación del pensamiento. Es permanecer momentáneamente Despierto, ver con el ojo sano y simple de la Consciencia, en suma, asociarse al Ser, a Yahveh, *El que Es*, a Cristo, *Yo soy*.

## Despertar espiritual e Iluminación espiritual

Aclaremos que, en la alta mística cristiana, hay dos conceptos fundamentales que es necesario comprender cabalmente: el Despertar espiritual y la Iluminación espiritual. Despertar es verse exento de pensamientos o contemplar a la mente producir pensamientos. Dado que la mente o el ego no pueden Despertar, lo que acontece es que nos despertamos del ego; despertamos a nuestra verdadera naturaleza como *Eseidad* y Consciencia pura. Despertar es relativamente sencillo; basta con ser conscientes de que somos conscientes. Lo realmente difícil es permanecer despiertos porque la atención se vuelve casi inmediatamente hacia los pensamientos de modo que quedamos atrapados en el mundo de la mente. Tras el bautismo, la práctica diaria y constante del «Despertar», la observancia de los mandamientos y sacramentos convertía a los iniciados en perfectos, puros, *pneumatikoi* o iluminados, especialmente mediante la sagrada comunión, cima de la iniciación cristiana que, al proporcionar sucesivos «Despertares» a la Eseidad-Consciencia posibilitaba una unión más íntima con Cristo y preparaba la Iluminación. Comulgar era unirse al Ser, a Yahveh, a través de Cristo, experimentando el estado *Yo soy* libre de la apropiación de pensamientos. En suma, si el bautismo era la puerta al primer Despertar a la Consciencia, la sagrada comunión proporcionaba sucesivos Despertares que debían conducir a la Iluminación.

Por su parte, la Iluminación es el estado de consciencia permanente en el que siempre y en todo momento hay ausencia de pensamientos y desapropio al personaje que hemos creído ser. Recuérdese la recomendación de Cristo: «Si alguno quiere seguirme, niéguese a sí mismo» (*Mateo* 16, 24). Por eso la Iluminación, en la mayoría de los casos, es «consecuencia» de varios Despertares progresivos (más bien, desapegos progresivos) tras la continuada práctica diaria de permanecer «despiertos» el mayor tiempo posible, es decir, propiciar el estado de solo ser, que presencia los pensamientos.

La experiencia del Despertar espiritual es descrita de diversas maneras en el *Nuevo Testamento*. Por ejemplo, se recurre a la metáfora del dormido, sumido en el sueño provocado por la mundanidad; «despiértate tú que duermes, y levántate de entre los muertos, y te iluminará Cristo» (*Efesios* 5, 14). Se califica al despierto como hombre «vivo», frente al hombre mundano considerado entonces como «muerto en vida». Por eso, a quienes Jesucristo invita a que le sigan en la vía del Despertar espiritual, les dice: «Sígueme y que los muertos entierren a sus muertos» (*Mateo* 8, 22). Y a la misma metáfora recurre san Pablo cuando anuncia la existencia de un conocimiento que da la vida para ser «como muertos retornados a la vida» (*Romanos* 6, 13). En suma, las nociones «muerto» y «vivo» se refieren a los que han despertado a la «vida espiritual», que es la de la Eseidad-Consciencia.

La vía del Despertar que conduce a la Iluminación tiene etapas o grados; es como una escalera con peldaños. Jesucristo distingue expresamente entre un nivel de enseñanza reservado «a los de dentro», sus discípulos, a quienes le explica claramente las cosas (*Marcos* 4, 10-12; 4, 11-2; *Mateo* 13, 36), y otro nivel manifiesto o velado de la enseñanza para los de «fuera», porque «el hombre ordinario no percibe las cosas que son del Espíritu de Dios, porque para él son locura, y no las puede entender, porque se han de discernir espiritualmente» (1 *Corintios* 2, 14). Incluso entre los de «dentro», hay diferencias establecidas por los grados de comprensión de la doctrina: desde los grados iniciales de «principiantes», que se alimentan de la leche como primer alimento del alma, hasta los perfectos, que se alimentan de la carne y sangre del Verbo, han alcanzado la comprensión de la Unidad, y a los que «ya no queda nada que aprender, sino contemplar epopteíamente» (san Clemente, *Stromata* 5, 10, 71.1 y 5, 10, 66.2). Al principio, es una comprensión mental o una creencia firme: «hemos entrado en el descanso los que hemos creído» (*Hebreos* 4, 3). Mientras tanto, «siento dolores de parto hasta que se forme Cristo en vosotros» (*Gálatas* 4, 19). Para ello hay que estar atentos para no caer en el sueño de apropiarse el «pensar»; «prestad atención; estad despiertos...» (*Marcos* 13, 33-37), «vigilad y orad para que no caigáis en la tentación» de la identificación a los pensamientos, que es como el ladrón que entra en casa (*Marcos* 14, 38), o los pensamientos-mercaderes que quieren especular en el templo del alma. Se advierte: «Estad preparados, porque el Hijo del Hombre vendrá cuando no lo penséis» (*Mateo* 24, 43 y *Lucas* 12, 39), porque tal estado no puede ser pensado; si se piensa, se pierde; por el contrario, el desapego al pensamiento nos devuelve al Reino de Dios. Quien está apegado a los pensamientos es como un niño, mientras que los espiritualmente adultos, los perfectos, son quienes se han ejercitado en desapegarse de los sentidos; así, en *Hebreos* 5, 12 y 6,1; 1 *Corintios* 14, 20 cuando se dice; «hermanos no seáis niños en vuestros pensamientos... en vez de ello sed perfectos (*teleioi*)», se utiliza la palabra *gegumnasmena*, gimnasia que se realiza desnudo, en el sentido de «quien se ha ejercitado en desnudarse de sus sentidos». Finalmente, el cultivo de tal convicción y la práctica del Despertar hace morada pues, una vez descubierta «es como un hombre que echa el grano en la tierra», y brota aunque duerma (*Marcos* 4, 26-27) de modo que finalmente se instala la comprensión de que «solo Él es», y se cumple que «yo mismo iré contigo y te daré descanso» (*Éxodo* 3, 14).

## La expulsión del Paraíso y el pecado original

Desde esta clave no-dual o contemplativa ciertos pasajes bíblicos cobran un sentido más profundo. El estado no-dual o contemplativo de solo Ser, desapegado de los pensamientos es el estado edénico. Abandonar el estado de solo Ser (como *Eseidad* o Consciencia) implica ser expulsado del Paraíso. Volver al estado de solo Ser, alejado de los pensamientos, equivale a regresar al Paraíso terrenal, recuperar la familiaridad con Dios, o entrar en el Reino de Dios. Por tanto, el Paraíso terrestre simboliza el estado espiritual más perfecto del ser humano, y puerta de acceso al Paraíso celeste. Adán es la mente pura no con-



taminada por la atención a objetos externos que convive felizmente con Eva, las puertas de los sentidos y los pensamientos, hasta que ésta le tentó a comer del fruto prohibido del árbol de la ciencia del bien y del mal; el paso del estado de no-dualidad al conocimiento dual que implica la aparición de la relación sujeto-objeto. El «pecado original», desde el punto de vista contemplativo, consiste en el error, falta o ignorancia de dar crédito a la dualidad, es decir, al pensamiento, especialmente al primer pensamiento «yo», que origina la idea «yo soy el cuerpo», «yo soy la mente». Tras la expulsión del Paraíso, Adán (la mente) y Eva (las puertas de los sentidos y el pensamiento) procrearon a Abel y Caín, es decir, podían seguir optando entre comprender que los objetos externos son nada y recuperar la unión con Dios (Abel significa «unión» o «nada»), o persistir en el error de considerarse seres separados con capacidad de apoderarse de las experiencias que proceden de los sentidos y del pensamiento (Caín significa «apropiación»). Aunque la muerte de Abel en manos de Caín representa la funesta elección del hombre por la apropiación de los objetos, el alumbramiento de un tercer hijo, Seth («estabilidad», «regeneración»), supuso una nueva posibilidad de redención. Con este episodio, se ilustra la condición exiliada del ser humano, pero también se ofrece la posibilidad de recuperar la intimidad con Dios. Quien lo logra en esta vida recibe el nombre de «amigo de Dios», «nuevo Adán», «perfecto», «iluminado»... y se sitúa en el «Reino de Dios».

En diversas perícopas del *Nuevo Testamento* se recomienda transcender la mente para desapegarse de los pensamientos. Para ello se emplea la palabra «metanoia» (*meta*; más allá y *nous-noia*, mente), que es ambigüamente traducida por «arrepentimiento», cuando su sentido más cabal es «más allá del pensamiento-mente». Así, cuando se advierte que «el Reino de Dios está cerca, arrepentíos y creed en el Evangelio» (*Marcos* 1, 14 y *Mateo* 4, 17), la traducción más correcta sería; «el Reino de Dios está cerca, rebasad la mente y creed en el Evangelio», lo que sugiere que el Reino de Dios es *Eseidad* y Consciencia. Y más allá de la mente humana está la mente de Cristo, es decir, *la consciencia que presencia tales pensamientos*. Varias citas evangélicas mencionan la «mente (nous) que hay en Cristo»: «Haya, pues, en vosotros la misma mente que hubo también en Cristo Jesús» (*Filipenses* 2, 5), «nosotros tenemos la mente de Cristo» (*1 Corintios* 2, 16). Claramente, la expresión «nous de Cristo» hace referencia no a la mente en sentido humano, sino a la mente pura, que equivale a la consciencia de Ser (*Yo soy*).

Igualmente, en su origen las palabras *salvus* o *salus*, tenían el sentido de recuperar la salud espiritual, como en *Éxodo* 15, 26; «Yo soy Yahveh, el que te sana». Entre los primeros cristianos la salvación se concebía como la recuperación de la salud perdida, una «regeneración» o «vuelta a la vida»; «curad los enfermos y decidles: el Reino de Dios está cerca de vosotros» (*Lucas* 10, 23). «Dios quiere la liberación-sanación de todos los hombres» (*1 Timoteo* 2, 4; incluso en 4, 10). Lo contrario a ello no era la condenación eterna sino la «enfermedad», el error (palabra más neutra que la de ««pecado»») que procede de la ignorancia, singularmente, del apego a los pensamientos.

Otro tanto cabe decir de la noción «pecado». En el *Nuevo Testamento*, *hamartia* es la palabra más utilizada para definir el pecado, pero etimológicamente significa «errar al alejarse del centro o camino». Por tanto, en un contexto contemplativo, mejor que «pecado», significa «error de la separación» de aquello a lo que se pertenece (el Ser). Lo erróneo o anómalo es dar crédito al pensamiento de separación, no estar atento para impedir que prosperen tales pensamientos. Por eso, más que pecados, son faltas... de atención. En clave contemplativa, los denominados «pecados» son los «pensamientos» o *logismoi* personificados en los demonios; los ocho malos pensamientos (*gula, lujuria, avaricia, tristeza, cólera, acedia, vanagloria y orgullo*) que luego, la tradición occidental convirtió en los siete pecados capitales. Y no solo los malos pensamientos sino, en última instancia, todo tipo de pensamiento. En suma, los pensamientos sin dirección son los demonios o *logismoi* que se adueñan de la casa (el cuerpo-mente) e incluso de la parte más íntima de la casa, donde se practica la oración (el templo interior), pues son como mercaderes que «hacen de la casa del Padre una casa de mercado» y que hay que expulsar sin miramientos (*Matteo* 10, 16).

Partiendo de la consideración del Despertar como estado espiritual impermanente, que puede culminar en la Iluminación estable o curación definitiva, cabe interpretar algunas perícopas del *Nuevo Testamento*. Por ejemplo, la de los ciegos. En Betsaida, Jesucristo se dispuso a curar a un ciego (*Marcos* 8, 22-26), lo condujo fuera del pueblo (es decir, fuera de la mente poblada de pensamientos) y le puso barro con saliva en los ojos. El ciego, que comenzaba a ver, dijo: «veo a los hombres como árboles, pero que andan» (los hombres «dormidos» o «muertos» que caminan como autómatas presos de sus pensamientos). Seguidamente, «le volvió a poner las manos en los ojos y comenzó a ver perfectamente y quedó curado, de suerte que veía de lejos claramente todas las cosas» (es decir, desapegado de las percepciones), y le dijo; «no entres en el pueblo» (en la mente errática). Aparentemente, hubo dos curaciones sucesivas, dos grados o etapas en la recuperación de la visión-comprensión; una incompleta y otra perfecta o completa. En otro episodio, Jesucristo cura también en dos momentos al «ciego» de Siloé (*Juan* 9, 1-8), un hombre «cegado» por sus pensamientos y deseos. Primeramente, hizo barro con su saliva y lo puso en los ojos del ciego, pero como su visión no era completa y perfecta, le dijo «lávate en la piscina de Siloé» (Siloé significa «el enviado»). Al hacerlo, «volvió ya viendo» y, como la gente no le reconocía, él decía «Yo soy». Por tanto, hay primeramente una visión incompleta o imperfecta (el primer Despertar), y luego hay otra visión completa o perfecta (la Iluminación) en la que el veedor puede proclamar verdaderamente «Yo soy», es decir, *Yahveh es en mí*.

A este respecto hay otro episodio del *Nuevo Testamento* que se presta a una doble interpretación; además de la explicación manifiesta que relata un exorcismo llevado a cabo por Jesucristo (*Marcos* 5, 9 y *Lucas* 8, 30), en clave contemplativa describe el poder sanador de Yo soy. En efecto, cuando Jesucristo preguntó el nombre a una persona poseída por innumerables pen-

samientos obsesivos, éste respondió que «mi nombre es legión, porque somos muchos [*logismoi*]». Pese a ello, Jesucristo sanó y Despertó a ese hombre, el cual, tras permanecer en paz «sentado a los pies de Jesús», luego comenzó a predicar «las grandes cosas que había hecho Jesús con él; y todos se maravillaban».

Pese a estos ejemplos que ilustran la cercanía y la aparente discrecionalidad del poder sanador de la Gracia, lo cierto es que la vía contemplativa parece reservada a unos pocos. Mientras que cualquier persona puede experimentar el Despertar espiritual, la Iluminación parece una meta lejana que no dependen de la voluntad y el esfuerzo propios. Con todo, analizaremos hasta donde podamos, una senda preñada de dificultades que solo unos pocos están dispuestos a transitar, pues comienza con una «puerta estrecha» (*Mateo 7, 13*) y exige una fe y dedicación máximas. Ciertamente, culminar la senda resulta casi imposible, algo sobrehumano. Tal vez, por eso, el mandato de Yahveh, citado por el profeta *Jeremías*, que recomienda buscar y transitar las sendas antiguas, concluye con un desazonador; «Pero replicaron: No andaremos». Sin embargo, como diría Lao-Tse, el camino más largo comienza con un primer paso...

---

**Volver a Primera Parte**

---

**Fuente:** Javier Alvarado. [CRISTIANISMO Y NO-DUALIDAD](#) (Sanz y Torres, 2025)