

# Meditación universal según el Padrenuestro

por Roberto Pla Sales

## I. Introducción

1. Lo primero que hay que explicar es el sentido del título de este trabajo pues los tres términos que lo componen: *meditación*, *universal* y *padrenuestro*, no tienen un significado único o, al menos, no indican por sí solos la dirección verdadera que en el comentario que sigue van a tener. El sentido de la palabra *meditación* resulta especialmente equívoco por los muchos significados diferentes que se le atribuyen. En rigor, el término *meditación* sólo debería aplicarse a la práctica sostenida de un razonamiento concentrado conducente a un fin, y así lo define Patañjali cuando en su tratado de yoga explica *Dhyana* en su sentido primario de meditación. También, la *oración de meditación* que menciona Santa Teresa es, según dice, un proceso discursivo de la mente hacia Dios. Pero la práctica de la que yo me voy a ocupar y que por ser propia de todos los tiempos y enfoques merece el calificativo de *universal*, no tiene nada que ver con un razonamiento o discurso mental y mucho menos con un propósito de *llegar a ser*. La meditación como proceso discursivo concentrado incluye siempre una finalidad con el tiempo como factor de llegada; parte de una dualidad significada por un yo separado de ese Dios o Realidad absoluta que el yo desea alcanzar. En cualquiera de las vías o subvías no-dualistas del hinduismo y del budhismo, la práctica de *Dhyana* en cuanto meditación cubre sólo el grado primario, pues se transforma por sí sola en *Dhyana* contemplativa tan pronto como el practicante comprende que Aquello con lo que buscaba unirse no está fuera, puesto que el Ser absoluto es el sí mismo real de cada uno. Por eso en la contemplación el deseo de *llegar a ser* cesa y la razón ya no interfiere, para que la mente esté en condiciones de representar sin temporalidad, sin causalidad, la realidad tal *como es*. En eso se diferencia radicalmente de la meditación, pero el término generalmente empleado es el mismo: *Dhyana*, y sólo cuando la contemplación se hace estable pasa a denominarse *samadhi*. No sé si por influjo de la forma oriental de denominarlo el término *meditación* ha adquirido entre nosotros durante el presente siglo una significación general de postura mental concentrada que admite tantas variantes como el número de escuelas que la postulan. Tal ambigüedad terminológica llevó a un hombre de intuición tan clara como Krishnamurti a dedicar muchas charlas y escritos a explicar lo que no era verdadera meditación según él, y ciertamente no lo era pues lo que Krishnamurti describía, magistralmente, con el nombre de *meditación* no era meditación sino contemplación. Hay que recordar que la *meditación* que Krishnamurti recomendó es una pura contemplación gozosa del mundo en cuanto éste se halla integrado como Vida, Conciencia y Belleza en la realidad; es por tanto una contemplación profunda, con la mente sin yo y bien libre de las cenizas del pensamiento; una contemplación por la cual la realidad se patentiza a la conciencia como trasfondo intemporal del mundo, y entonces se descubre que la realidad es una e indivisible con el mundo.

2. Es obligado decir que en la mística cristiana la diferencia entre meditación y contemplación estuvo siempre muy bien delimitada, pues la contemplación nunca tuvo nada que ver con un discurso racional de la mente, sino con un quieto y superior *ver* y *mirar* con los ojos absortos del entendimiento. Incluso fue habitual en la mística de

occidente hacer una distinción en el seno de la actitud contemplativo según fueran sus causas, pues se explicaba como contemplación *adquirida* y activa aquella en la que el objeto de contemplación era elegido por el contemplador, y era contemplación *infusa* y pasiva cuando, según decían, venía inducido el estado de contemplación por un acercamiento o *toque* sutil de Dios. Pero esta es una clasificación puramente instrumental. Más rico y propio para el conocimiento es el estudio y práctica de los distintos *samadhi* conocidos en oriente; pero me apresuro a explicar en este primer apunte que solo hablaré aquí de *samadhi* en su más puro sentido de contemplación estabilizada, es decir, que se diferencia de la *Dhyana* contemplativa en que ya se ha convertido en una contemplación *natural* que se mantiene con plena espontaneidad. Con tal reducción quedan descartados todos los *samadhi*, dualistas, vinculados con el yoga que menciona Patañjali y solo me referiré a los dos géneros de *samadhi* denominados *savikalpa* y al *samadhi* único y superior conocido como *nirvikalpa*, que son propios de la escuela Vedanta Advaita propulsada por Gaudapada y Shankara. Cuando hablo de contemplación estabilizada quiero decir que *samadhi* es un estado contemplativo por el cual la conciencia percibe en simultaneidad cualquiera de los niveles del mundo, visible o invisible, y en ambos niveles *vive* a la par como si anduviera montada en dos caballos. Tal es el estado de Turiya de la filosofía Advaita Vedanta. Cuando la conciencia de vigilia duerme en sueño profundo, entonces Turiya está despierta en el mundo puro del Ser y cuando la conciencia de vigilia está despierta o duerme en el ligero sueño con ensueños Turiya coloca un pie en cada lado del mundo, aquí y allí. Todo esto ha sido muy bien explicado por Shankara y corroborado después por Ramakrishna que denominaba a esta doble montura de caballo el *samadhi* de los ojos abiertos. También Ramana Maharshi y algún otro parece que conocieron este universismo de la conciencia que debe ser identificado con la *unitotalidad* que en muchas ocasiones describía Krishnamurti. Decía Shankara que el proceso de realización puede consumarse por devoción (bhakti-misticismo), o por gnosis (conocimiento). En el primer caso es probable llegar a un estado que *excede a la mente* con lo que la conciencia queda dormida, cegada para el mundo *de aquí*; mas el intelecto desarrollado por el conocimiento nunca llega a ser sobrepasado y no es probable que la conciencia desemboque en el éxtasis del arrobamiento devocional, o en el *samadhi* de ojos cerrados. Ello consiste en que los estados del devocional son practicados delante del conocer pues son ellos los que aportan el conocimiento. Sin embargo, los estados de conciencia del *jñani* son un resultado directo del conocimiento, según el axioma general de Shankara de que *conocer y ser son una misma cosa*. En Turiya la conciencia permanece siempre despierta, sin importarle el juego de la luz y la sombra tan propio de la vigilia; su vivir es una luz única, intemporal, sin los latidos del tiempo, en la unidad sin segundo del Ser.