





MEDITACIÓN *y* ENTEÓGENOS

Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad



OM LILA

Título original:

Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad (2022)

©Om Lila

©De esta edición:

Mandala Ediciones, 2022

c/ Treviño 9, bajo izquierda. 28003 Madrid (España)

Tel.: +34 91 755 38 77

E-mail: info@mandalaediciones.com

www.mandalaediciones.com

Diseño y maquetación: Monique et Marcel

ISBN: 978-84-19294-54-8

Impreso en España / Printed in Spain

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra



ÍNDICE

PREFACIO	9
INTRODUCCIÓN	21
<i>La Senda del Chamán</i>	
PRIMEROS ENCUENTROS	56
ENCUENTRO CON LOS ABUELOS	68
LAS CUATRO ESTACIONES DEL ALMA	89
<i>Encuentros entre el Espíritu y la Naturaleza</i>	
• Verano. El Espíritu del Bosque	90
• Otoño. El Espíritu de los Elementales	97
• Invierno. El Espíritu del Manantial	107
• Primavera. El Espíritu de Eros	120
MAITREYA	129
TODO ES SIN “MÍ”	139
“LO QUE ES” ES “LO QUE ES”	147
LA CUEVA DEL MAL	155
HONRAR LO QUE ES	174
SOBRE EL AUTOR	183



PREFACIO

EXTRAÍDO DE “EL VIAJE”

México, agosto 2013

DESDE AQUEL DESPERTAR DE *BHAKTI* (devoción espiritual) años atrás en India, todo mi proceso de vida había gravitado fundamentalmente en torno al centro del corazón, el *chakra anahata*. Ahora, me daba cuenta de que empezaba a desplazarme hacia *vissudha*, el centro de la garganta. Era el momento de crear y comunicar, y, además, era el momento de adentrarme en el “mundo del chamán”.

Seis años hubieron de pasar para el retorno a las américas, un periodo tan intenso y transformador que, efectivamente, volvía desde un lugar completamente diferente. Siguiendo esa *alquimia misteriosa* que teje desde lo profundo los hilos del destino, de alguna manera, en este retorno se forjaba lo que más tarde contemplé como la “trinidad del chamán”; tres entornos y tres “lugares de poder” en América: Tepoztlán-Amatlán en México, Machu-Pichu en Perú, y en Colombia, la Sierra Nevada de Santa Marta.

Este primer retorno a las tierras de México coincidía con un viaje de prácticas terapéuticas a Tepoztlán para grupos de estudiantes de Latinoamérica (terapia transpersonal, meditación y respiración holotrópica). Tras varias semanas de trabajo profundo, acompañando

10 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

procesos de transformación verdaderamente significativos, llegaba el momento de dedicarse a uno mismo; sí, llegaba ese momento donde uno no sabe exactamente a dónde dirigir sus pasos, y entonces se deja llevar por el latido del camino.

De primeras, decidí quedarme junto a Sergio (mi amigo mexicano y colega de trabajo) a explorar las montañas de Tepoztlán. Este entorno, “mágico” en todos los sentidos, se convirtió en nuestro territorio de expedición y aventuras, el lugar del feliz encuentro con el “mundo del chamán”.

Tepoztlán es conocido como un centro de espiritualidad muy relevante en Centroamérica, y sí, allí todo se mezcla: chamanismo, yoga, meditación, y mil suerte de disciplinas de terapia y sanación, además de un fuerte movimiento ufológico. Claro, en este contexto es de imaginar el entusiasmo de nuestros niños aventureros al entrar a esas montañas.

Siguiendo nuestro instinto explorador, prontamente hicimos contacto con un chamán local que tuvo a bien guiarnos por las montañas y enseñarnos, a través de diversas ceremonias, algunos elementos de su conocimiento. De ese modo nos adentramos en el “mundo del chaman” y, junto a ello, vivimos la fuerza de la montaña con plena intensidad.

Claro, para la mente estrictamente racional, toda la liturgia, el simbolismo y la parafernalia del chamán, son como juegos de magia para mentes infantiles, circos fenomenológicos y supersticiosos, y poco más... Las purificaciones de copal, las caracolas resonando a través de los *chakras* por la espina dorsal, los ícaros y las invocaciones, las sonajas con plumas de águila y piel de lagarto, los tótems y los amuletos extraños... Sin embargo, detrás de este folclore, detrás de este ritual, el chamán

señala constantemente hacia el factor fundamental: la Atención Plena para no perder de vista lo esencial. Atención Plena para ir más allá de lo fenoménico y entrar en contacto con el Espíritu secreto que anima el Mundo. Más allá de la parafernalia, un camino a lo Profundo.

Efectivamente, todo este “mundo del chamán” (como cualquier otro sistema de conocimiento o estructura humana) puede llegar a distorsionarse y conducir a variadas formas de manipulación y falsedad; la clave es saber discernir, saber escuchar, ir más allá del simbolismo y del folclore para observar hacia donde nos conduce todo esto en realidad: *¿nos empodera o nos somete? ¿Nos ata o nos libera? ¿Nos enreda en las apariencias o nos señala a lo esencial?*

Dentro del “mundo de lo transpersonal” también hay quien esgrime que este “mundo del chamán” nos conduce a estadios pre-personales y pre-rationales, niveles de consciencia mágicos e incluso arcaicos, sin embargo, olvidan que el chamanismo también evoluciona en consciencia, como todo lo demás.

Como no podía ser de otra manera, estos temas aparecían en las amenas conversaciones con Sergio; ambos formábamos parte del mundillo de lo transpersonal y a ambos nos sorprendía esa especie de tabú o controversia que se había levantado en torno a esto. Claro, para nosotros era sencillo relacionarnos con el “mundo del chamán” con naturalidad: *poder jugar en los mundos fenoménicos sin perdernos en ellos; entrar y salir, explorar aquí y allá, sin perder el centro de gravedad.*

Entonces, ¿por qué ese tabú y ese miedo a participar de ello en nombre de lo “transpersonal”? Para nosotros era evidente que, desde la *mera consciencia*, uno podía participar de cualquier sistema de conocimiento y celebrar todo camino espiritual; uno

12 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

podía danzar con los suffes y tomar medicina (plantas sagradas) con los chamanes, cantar mantras con los yoguis y sentarse silenciosamente en *zazen*... Podía jugar en los “lugares de poder” ancestrales, invocar a los elementales... Podía seguir el desarrollo de la nueva ciencia, a la vez que respirar la atmósfera de las mezquitas, las iglesias y las sinagogas... En definitiva, podía percibir y relacionarse con el Espíritu desde la primera, la segunda y la tercera persona.

Los Tres Rostros del Espíritu. Contemplación, comunión y meditación.

[Inspirado en la Teoría Integral de Ken Wilber]

Este modelo sintetiza las tres formas de relacionarnos con el Espíritu: **puedo “verlo”, puedo “unirme”, puedo “serlo”**. (La palabra “Espíritu” recoge sobriamente las muchas maneras que la humanidad tiene para referirse a *Eso*, la Conciencia de lo Trascendente).

En la contemplación en tercera persona puedo *verlo*. En la oración y comunión en segunda persona puedo *unirme*. En la meditación en primera persona puedo *serlo*. Y, aunque nos parezca que nuestra forma es la más profunda o más correcta, en realidad todas lo son. De hecho, desde la espiritualidad integral uno puede asumir naturalmente las tres perspectivas: **contemplación, comunión y meditación**.

*El Espíritu en tercera persona se conoce como **ello**. En este caso, uno **contempla** y quizás sirve al Espíritu. A menudo a través de la naturaleza, el universo, la filosofía profunda y la acción como servicio.*

*El Espíritu en segunda persona se conoce como **tú**. En este caso, uno se abre y establece contacto con el Espíritu, a menudo a través de la **oración**.*

*El Espíritu en primera persona se conoce como **yo**. En este caso, uno despierta conscientemente, como algo inseparable del Espíritu, a menudo a través de la **meditación**.*

Y, aunque en última instancia lo Último se halle más allá de toda descripción y toda categoría, sí que puede ser señalado a través de estas tres perspectivas, cada una de las cuales nos aporta algo único para el desarrollo de la conciencia.

Cada espiritualidad es un baluceo del Absoluto, un intento de expresar en palabras lo que no puede ser definido... Y cada auténtica religión, por tanto, viene a ser un modo de expresión, un lenguaje, un idioma distinto para tratar sobre una misma Realidad: lo Inefable.

Ken Wilber también suele referirse a estos “Tres Rostros del Espíritu” como misticismo natural (actitud del Yogui), misticismo teísta (actitud del Santo), y misticismo sin forma (actitud del Sabio).

Contemplo al Espíritu como todo lo que está emergiendo. La gran perfección de éste y de cada momento.

Comulgo con el Espíritu como el Tú amado e infinito que derrama sobre mí todas las bendiciones y el perdón absoluto, y a quien me entrego con gratitud y devoción.

Descanso en el Espíritu como mi propio testigo y ser primordial. La Gran Mente que es una con todo.

Eduardo y Elvirita

Tras estas primeras aventuras mi compañero Sergio regresó a su Acapulco natal, donde me aguardaría, tras completar en solitario mi andadura en Tepoztlán. De esa manera, dejándome llevar, me encontré con Eduardo y Elvirita, un matrimonio dedicado a la sanación y al desarrollo terapéutico ancestral, seres del camino que me acogieron en su hogar y con los que verdaderamente me fue concedido un encuentro mágico.

14 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Una de las grandes sorpresas de esta inmersión en el mundo del chamán fue descubrir la hermandad entre éste y el mundo oriental, con India y Tíbet en particular. Recuerdo la casa de Eduardo y Elvirita como un auténtico museo de imágenes y reliquias multicultural, recuerdo los mantras matinales (*om shakti om*) mientras se encendía el incienso copal, y el saludo nativo a las cuatro direcciones antes de comenzar la meditación matinal... Pero no solo era un encuentro de formas culturales y tradicionales, sino un encuentro humano entre chamanes, swamis y monjes tibetanos exiliados que se daba con naturalidad.

Un día, contemplando una cruz de los indígenas huicholes colgada al lado de una esvástica védica, Eduardo se acercó a mí y me explicó: *“todos los símbolos, de una u otra manera, comparten significados esenciales. La cruz representa el Uno polarizado; la Unidad –la vertical– se polariza y se proyecta en la horizontal, de esa manera surgen las cuatro direcciones, o los cuatro elementos, como lo queramos llamar... Pero claro, la cruz es dinámica; todo se crea en ese movimiento, y la esvástica representa eso mismo, es una cruz en movimiento. La conciencia simbólica es maravillosa, y adopta tantas formas y significados como seamos capaces de imaginar. Lo importante es permitir que el símbolo trascienda la mente racional y de ese modo nos evoque su significado esencial. Luego, el símbolo también ha de ser trascendido, para ser lo evocado en sí mismo”*.

Recuerdo entrañablemente los largos desayunos con Eduardo, horas amenas donde buceábamos en los entresijos de este espejismo que llamamos “realidad”. Recuerdo recorrer el universo multidimensional, indagar en las formas que adopta en nuestro mundo las danzas eónicas del “bien” y el “mal”, de

ángeles y demonios, de la luz de los avatares y de las sociedades secretas en la oscuridad.

Para ingresar a estos mundos de dualidad existe la necesidad de pertenencia al bien o al mal (sin perder nunca de vista la naturaleza paradójica que nos muestra el yin-yang).

El libre albedrío significa que, hasta cierto punto, cada uno elige experimentar su propia posibilidad, y en este sentido el respeto ha de ser total.

Ambas fuerzas están en equilibrio; más allá de los desequilibrios puntuales que podemos apreciar (y donde nuestra limitada percepción suele quedar varada) en un contexto universal este equilibrio dinámico siempre acontece.

Aquí decimos que cada vez que aparece un mago blanco aparece también un mago negro, y viceversa. Sin embargo, el camino del verdadero guerrero integra a ambos y va más allá.

En las culturas ancestrales se habla del camino del guerrero, y de sus “cuatro enemigos”: el miedo, la claridad (que puede conducir a la soberbia y la arrogancia), el poder (corrupción del corazón), y la muerte. El guerrero sabe que ningún enemigo es “vencible”, sino “asumible”; no se trata de combatirlo, sino de integrarlo en uno mismo para ir más allá... Integrar para revelar al Gran Espíritu que mora en lo esencial ¡y que tan gozosamente se recrea en estas danzas de dualidad!

Sí, abordar estos temas resultaban verdaderamente hermoso a mi corazón. En este sentido, también desgajábamos las obras legendarias de la literatura y el cine que, de alguna manera, reflejaban esta simbología perenne. En una ocasión, descifrando el “mundo Tolkien” reflejado en “el Señor de los Anillos”, me señaló que la obra de Tolkien era un auténtico código iniciático.

16 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Frodo el hobbit representa el ser humilde y sencillo (sin pretensión, sin ambición) que puede llevar el Anillo de Poder sin corromperse; todos los personajes (arquetipos) y todos los ambientes, hobbits, elfos, enanos y humanos, el mago negro y el mago blanco, los orcos, los duendes y los trolls, la princesa élfica de luz y el mismo Sauron, habitan dentro de nosotros; cuando comprendo esto, la pregunta que me hago es ¿quién quiero que lleve el Anillo? Por eso, en los círculos hippies de los 70, cuando todo se ponía muy negro, uno recordaba esto y proclamaba ;Frodo vive! Con el símbolo de la victoria en la mano.

Como no podía ser de otra manera, todo este contexto nos adentraba natural y juguetonamente en los mundos “mágicos”; claro, para el cientificismo (fundamentalismo científico), hablar de los mundos sutiles (energéticos, psíquicos y espirituales) como el sustrato del que emerge nuestro mundo material, es un disparate, algo que rápidamente es rechazado y ridiculizado. Sin embargo, este es el caso. “*Lo físico es una manifestación de lo psíquico*”. En términos de la nueva ciencia podríamos describir nuestro mundo físico como “la punta de un inmenso iceberg cuántico”, o también, señalar que vivimos en un gran Océano de energía e información del cual nuestros sentidos solo captan la actividad de algunas olas en la superficie. Comprendiendo esto, uno puede adentrarse sin escandalizarse en todo eso que consideramos lo “milagroso” y lo “mágico”.

En nuestras charlas, Eduardo mencionaba a menudo a los *nahuales*, seres que ya eran referidos por los cronistas de la conquista. En las culturas mesoamericanas el *nahual* es una especie de brujo o entidad sobrenatural que tiene la capacidad de transfigurarse y adoptar una forma animal, y su papel, como no podía ser de otra forma, puede estar orientado hacia la luz o la oscuridad.

—*La historia de la conquista censura muchos de estos elementos mágicos ya señalados por los algunos cronistas. Aquí se dice que el propio Cortés, al pisar Tenochtitlan, se sintió sobresaltado cuando se encontró con los hombres-serpiente que acompañaban la corte de Moctezuma; seres que se erguían y caminaban como hombres y al momento se deslizaban cerca de sus pies en forma de serpiente. Claro, muchos “estudiosos” afirman que todo esto no son más que alegorías, pero lo cierto es que en esto hay algo más que mera poesía o mitología... También Castaneda menciona a los nahuales en sus Enseñanzas de Don Juan... En fin, en los círculos chamánicos de Centroamérica, quien más y quien menos, sabe de esto y lo aborda con naturalidad.*

—*Eduardo, ¿conoces o has conocido tú a algún nahual?*

—*Sí... Cerca de aquí, en Amatlán, viven todavía dos nahuales... Uno negro y uno blanco... Mi mujer y yo conocemos al blanco, se llama Julio... Del negro lo mejor es alejarse.*

—*¿Y...?*

—*Bueno... Don Julio es un ser muy entrañable... ¡Y muy divertido! En una ocasión, hubo una gran maratón de montaña cerca de aquí... A Julio le gusta correr, pero ya es una persona anciana... No obstante, alentado por algunos amigos, se decidió a participar, y ganó, ¡ganó la maratón! Claro, para todo el mundo fue algo realmente sorprendente, ¡un anciano que había superado con creces a grandes atletas profesionales! De hecho, salió como noticia en los periódicos locales... El caso es que, claro, todos le preguntamos... Y entonces, con una sonrisa traviesa, lo confesó; en un recodo de la ascensión, ¡se había convertido en pájaro haciendo prácticamente todo el recorrido volando!*

18 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Mirando a Eduardo, en silencio le preguntaba: *¿tú crees que eso fue así realmente?* Pero no me devolvía nada, tan solo una sonrisa enigmática... Hasta que finalmente pronunció todavía más enigmáticamente:

—*Piensa mal y acertarás; piensa bien y acertarás también.*

Unos días después partía en expedición hacia Amatlán, quería conocer esa región donde, siglos atrás, se supone que nació el avatar Quetzalcóatl, la deidad principal de las culturas ancestrales de Mesoamérica. Sí, Amatlán era como la Jerusalén de Mesoamérica, y claro, sabiendo esto, me sorprendí al desembarcar en aquel lugar tan solitario y desangelado... *“¿Me habré equivocado?”*. Caminando por sus calles desiertas encontré una pequeña tienda, dos personas taciturnas holgaban sentadas en la puerta; *“no, no se he equivocado, está usted en Amatlán”*. Finalmente, estas personas localizaron a un lugareño que me guiaría por unos pocos pesos hasta la poza en la selva donde se supone que nació y vivió su infancia el avatar Quetzalcóatl.

Atravesando este paraje misterioso, de fértiles páramos y brillantes florestas, llegamos a la poza, una especie de cenote custodiado por viejos árboles, algunos tótems y altares de piedra... Una cortina de agua canta en ese rincón de la selva, y humedece una belleza verdaderamente evocadora y singular... Bajo la cascada, hay una cueva donde varias personas celebran un ritual de cantos y copal... Me siento sobre una gran piedra a contemplar... Cuando terminan, me acerco a curiosear... Hablo con algunos participantes, y entonces me surge preguntar “¿conocéis a Don Julio?”. “Sí, está allí mismo, acaba de ofrecer este ritual”, me dicen señalándome a un hombre menudo que recoge sus achiperres del lugar.

—Buenos días ¿es usted Don Julio?

—Sí...

—Estoy pasando unos días con Eduardo y Elvirita, me han hablado de usted... Le traigo saludos.

—Eduardo y Elvirita... Bien, bien...

Entonces, mira a su alrededor, y rebusca entre los matorrales... Me ofrece unas hierbitas señalándome que me las meta en la boca, “toma, toma...” Lo hago y rumio los vegetales... Entonces me da la mano, la sacude alegremente, y vuelve a sus quehaceres con normalidad.

Lo cierto es que me sorprende la “simplicidad” de Don Julio. Claro, la mente ya había creado sus propias imágenes del enigmático brujo blanco, del nahual... Y luego me encuentro con un anciano discreto, casi diría desapercibido, de una sencilla parquedad.

Me despido del lugar, y del escueto encuentro con Don Julio. Mientras retorno por la floresta, me viene la imagen del anciano, y entonces una voz exclama en mi interior con efusividad: “¡desde luego este hombre no ha podido ganar la maratón corriendo! ¡Jajaja!”.

A mi regreso a Tepoztlán me aguardaban los abrazos de Eduardo y un trabajo de sanación con Elvirita. Su don era el canto, la comunicación, la resonancia y la vibración, todo lo relativo al centro de la garganta. Durante varios días trabajamos con esto, sanando viejos conflictos y abriendo nuevos campos de posibilidad, meditaciones y rituales psicomágicos que, al fin, resolvían mi viejo koan. *Se abría un camino hacia lo nuevo con la fuerza ancestral alentando desde atrás.*

20 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Una tarde, finalmente, Eduardo y Elvirita me convocaron para un último ritual; una ceremonia de temazcal con el Abuelo Peyote. El temazcal es el “horno purificador” que se utiliza desde tiempos inmemoriales en las liturgias mesoamericanas; el peyote es el “cactus-medicina” que estos seres humanos utilizan para abrir y purgar su corazón.

El temazcal es una especie de *yurta* o pequeño domo circular, con un hoyo en el centro para colocar piedras incandescentes; cuando se entra dentro, el chamán cierra la entrada con gruesas telas y comienza a echar agua en las piedras... Alguien dirá: “sí, una *sauna*”, pero es algo más... Todo forma parte de un elaborado ritual de apertura, de canto inmemorial, de evocar la emergencia de la luz en una atmósfera de calor hirviente y plena oscuridad, más aún si es acompañado con la medicina ancestral.

La Medicina es como un águila que va hacia ti, a llevarte, y tú decides si te dejas llevar o no.

La Medicina revela una información, algo que necesitas para abrir el corazón y expandir la visión.

Allí, en el “horno purificador”, se reveló el Amor. Esa energía de Amor era tan intensa que incluso Eduardo y Elvirita se *transfiguraron* delante de mis ojos... Sí, ante esta visión, el susto cubrió todo mi rostro, era tan abrumador... Pero solo fue un instante, rápidamente apaciguado en esta atmósfera de amor y compasión. Nunca le he dado demasiadas vueltas a este momento, simplemente aconteció. Lo más relevante es que ambos seres, de ojos reverberantes, me señalaron un camino hacia lo nuevo, un camino de reconciliación en mi propio corazón.

INTRODUCCIÓN

LA SENDA DEL CHAMÁN

Para el chamán, el cosmos es un cuento que se hace realidad a medida que lo contamos y se cuenta a sí mismo.

El éxtasis chamánico es un acto de entrega al Misterio del Ser.
[Terence McKenna]

EN TÉRMINOS GENERALES, EL CHAMANISMO puede considerarse como la primera religión o tradición espiritual, sus orígenes se pierden en la noche de los tiempos y la memoria ancestral de la humanidad.

La palabra “chamán” se refería originalmente a los sanadores tradicionales de las extensas áreas de Siberia y Mongolia. Es la palabra tungusa para “médico”. Esta palabra contiene la raíz “*sha*” (saber), chamán sería entonces “*el que sabe*”. (La palabra tungusa “*saman*” proviene a su vez de la china “*sha men*”, tomada del pali “*samana*”, y en última instancia del sánscrito “*sramana*”).

El chamanismo alude a un grupo de prácticas tradicionales de carácter espiritual, orientadas a la sanación, el desarrollo individual y la cohesión social. Estas prácticas tienen como fundamento la comunicación con el mundo de los “espíritus” o mundo de lo “invisible” (en contraste con el mundo “visible” o mundo físico ordinario).

El chamanismo es una comunicación dinámica con la totalidad de la vida en todas sus dimensiones.

22 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Este mundo de lo “invisible” también podemos comprenderlo como el mundo sutil (energético, psíquico y espiritual). Se puede hablar del mundo astral, del mundo etérico, así como del mundo psíquico donde operan los arquetipos y las fuerzas del inconsciente. En última instancia, el mundo de lo “invisible” también señala hacia lo Otro Trascendente, la Realidad que subyace y trasciende a toda percepción, a todo fenómeno y a toda manifestación; el Gran Misterio que siempre Es en el Profundo Corazón.

Lo físico es una manifestación de lo energético. Lo energético es una manifestación de lo psíquico. Lo psíquico es una manifestación de lo espiritual. Lo espiritual es una manifestación de lo Real.

Teniendo todo esto en cuenta, algunos elementos comunes que podemos encontrar en las diversas corrientes de chamanismo en el mundo podrían ser los siguientes:

- El mundo invisible existe y juega un papel determinante en el mundo visible (individual y colectivamente).
- El mundo visible es movido por fuerzas invisibles que afectan a la vida de todos los seres.
- Existen fuerzas de la luz y fuerzas de la oscuridad, fuerzas creativas o destructivas, evolutivas o regresivas.
- Dentro de las fuerzas de la luz están los guías espirituales (a veces en forma de plantas o tótems-animales) portadores de enseñanzas y mensajes.
- El chamán puede comunicarse con el mundo de los espíritus; hace de “puente” entre lo visible y lo invisible.

Esta puerta de comunicación entre lo visible y lo invisible, este conocimiento o saber “mágico”, permite al chamán desempeñar tres funciones fundamentales:

- **Trascendente:** el chamán es el guía hacia el “otro mundo”; tiene acceso al plano psíquico y supraconsciente, puede abrir las puertas de la percepción, inducir el trance y el éxtasis visionario.
- **Sanadora:** conocimientos sobre el origen de la enfermedad y la capacidad de sanar.
- **Social:** una fuerza de cohesión social que puede mediar en los conflictos y problemáticas de la comunidad. El acceso al Otro Trascendente brinda los símbolos y los valores que puedan ser comprendidos por la comunidad.

En definitiva, la labor del chamán podría resumirse:

Ir del más “acá” al más “allá”. Una vez que se ha ido más “allá”, traer ese conocimiento “acá” para sanar la vida de los individuos, de la comunidad y de la vida planetaria en su totalidad.

Como ir al más “allá”

La palabra “trance” viene del latín “*transire*” y tiene varios significados: transitar, transportarse, cruzar, pasar por encima de... Se puede asociar a pasar por un momento crítico, a atravesar un umbral, etc. Tradicionalmente se relaciona con el *rito de paso y la iniciación*; ciertos desafíos de maduración interior y desarrollo consciente, que permiten reunir la fortaleza para “*dejar un mundo y entrar en el siguiente.*”

Existen muchos niveles de trance, casi siempre asociados a estados alterados o expandidos de consciencia. En el ámbito espiritual está relacionado con todo lo relativo al despertar o iluminación

24 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

espiritual. En términos generales, podemos comprender el trance como el proceso de ir más “allá” (más allá del ego y de la estricta consciencia ordinaria).



Universum, Hugo Heikenwaelder.

¿Cómo el chamán puede inducir al trance y así ayudar a otros a cruzar el umbral al más “allá”?

Desde los tiempos arcaicos casi siempre encontramos los mismos elementos básicos: tambor, respiración, danza, canto y plantas maestras (en algunos casos también se emplean diversas prácticas ascéticas, privaciones y mortificaciones). Con el tiempo estos elementos de fueron desarrollando y depurando en el arte y las danzas rituales, la percusión del tambor fue enriquecida por otros instrumentos de cuerda y viento, el canto devino en oraciones musicales, se introdujeron los temazcales, se profundizó en los ejercicios de respiración, hasta llegar a nuestros días donde se

introducen elementos de atención plena y meditación. Empleando estos elementos durante la ceremonia, combinándolos sabiamente, el chamán abre las puertas del trance y del éxtasis.

En este “cruzar el umbral” cabría señalar la relevancia de dos elementos esenciales: los ícaros y las plantas sagradas.

Ícaros

Los ícaros son cantos tradicionales que acompañan la ceremonia. Estos cantos son oraciones (rezos e invocaciones) que encarnan los poderes de los espíritus de las plantas, los animales y las fuerzas elementales. Estas oraciones, cantadas-canalizadas por el chamán, se ofrecen como mensajes curativos y actúan como poderosas fuerzas espirituales.

Para muchos chamanes los ícaros son el elemento que vertebra toda la experiencia; invoca a los espíritus benignos, eleva la frecuencia vibratoria de los practicantes, y hacen de “asidero” durante toda la experiencia; cuando uno se pierde, el canto puede traerle de nuevo a la calidez del corazón y la luz de la consciencia.

Siempre se ha dicho que “*el que canta su mal espanta*”. El que canta, efectivamente, cambia su frecuencia vibratoria, los estados de consciencia y las ondas cerebrales, más aún si se sintoniza, como es el caso, con elevadas frecuencias espirituales.

Plantas sagradas

El otro elemento importante es la comunión con las plantas sagradas. Para el chamanismo estas plantas de poder encarnan el alma de las plantas maestras, el alma de Gaia.

La planta no solo alberga un poder químico, psicotrópico o psicoactivo; sino un poder espiritual y alquímico.

26 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

La planta propicia la apertura a otros niveles de consciencia. Pero el poder, verdaderamente, no está en la planta, sino en la consciencia humana.

Psicodélico alude a “que manifiesta el alma” o “que manifiesta la mente”. Enteógeno alude a “devenir Dios en lo interior”.

La planta es como un “catalizador”, un “potenciador” o un “despertador”; intensifica y acelera los procesos de la consciencia en su devenir y evolución.

Efectivamente, como veremos, la negación de este mundo “invisible” también implica la negación y prohibición del consumo de las plantas sagradas (una astuta “guerra contra las drogas” que en realidad camufla una “guerra contra la consciencia”, la verdadera guerra legendaria).

Terence McKenna describe sin tapujos la influencia de las plantas sagradas en el desarrollo de la consciencia humana:

La mutación producida por componentes psicoactivos en la dieta humana temprana, influyó directamente en la rápida reorganización de procesamiento de la información del cerebro. Los alcaloides de las plantas, particularmente los compuestos alucinógenos como la psilocibina, la dimetiltriptamina (DMT) y la harmalina, pueden ser los factores químicos de la dieta protohumana que catalizaran la emergencia de la autoconsciencia humana. La acción de los alucinógenos, presentes en muchas plantas y hongos comunes, mejoró nuestra capacidad de procesar informaron y sensibilidad ambiental, y por tanto contribuyó a la repentina expansión del tamaño del cerebro humano.

La experiencia cognitiva hecha posible por las plantas alucinógenas es una parte básica de nuestra humanidad.

Estas plantas primigenias son nuestro cordón umbilical con la mente femenina del planeta. Estas plantas catalizan la consciencia. Por lo tanto, estas plantas no coproducen la consciencia, que es una función generalizada presente, en algún grado, en cualquier forma de vida. La catálisis simplemente hace más rápido y fluido un proceso ya presente.

Una cuidadosa exploración de las plantas alucinógenas demostrará el mas arcaico y sensible nivel del drama de la emergencia de la consciencia: la cuasi simbiótica relación plantas-humanos que caracterizó a la sociedad arcaica y a la religión, y mediante la cual se experimentó originalmente el misterio numinoso.

La religión del hongo de la psilocibina puede constituir en realidad la religión genérica de los seres humanos. Sus raíces arcaicas se remontan hasta un rito muy antiguo de ingestión de hongos de psilocibina para inducir al éxtasis, disolver las fronteras del ego y unir al adorador con la matriz vegetal personificada en la vida planetaria.

[...] Incluso el Rig Veda, uno de los primeros escritos espirituales de los pueblos indoeuropeos, contiene alabanzas a las plantas mágicas.

LA NEGACIÓN DE LO INVISIBLE

Efectivamente, para la cultura materialista dominante esta noción de lo “invisible”, lo espiritual o trascendente, no tiene ningún sentido; para este modelo cultural, fundado en un supuesto “racionalismo”, el chamanismo es propio de mentes infantiles e inmaduras, un asunto de superstición y charlatanería; el chamán, por su parte, no deja de ser un “curandero” (y sacacuartos) de forma genérica y despectiva. Efectivamente, todo esto puede darse, y por supuesto que puede exponerse la superchería y el fraude.

28 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Pero negar lo “invisible”, negar lo inconsciente, a día de hoy es, por decirlo suavemente, poco racional, poco riguroso, y poco inteligente.

El dogma materialista ha tratado de negar y suprimir durante siglos el mundo de lo “invisible”, la dimensión espiritual de la vida. Pero, ¿cómo llegamos hasta aquí?

Como sabemos, el chamanismo se desarrolló naturalmente en el periodo arcaico de las culturas cazadoras-recolectoras que preceden miles de años al desarrollo de la agricultura. Los seres humanos de entonces se desenvolvían en los estadios arcaicos de la consciencia (pre-egoicos y pre-raziones), donde todavía no había una firme barrera entre lo visible y lo invisible, entre lo consciente y lo inconsciente.. Esa modalidad de consciencia, todavía no fijada en el ego, abierta y conectada al ser de Gaia y a la gnosis del Otro Trascendente, determina la fuerza de conexión espiritual, así como el estilo fraternal de organización social.

Pero el desarrollo de la vida y la consciencia avanzan (en un océano de perfección, dicho sea de paso) y, según vamos avanzando desde las sociedades cazadoras-recolectoras, a través del desarrollo de la agricultura, la fundación de las primeras ciudades, y el progreso de la industria y la tecnología, la consciencia se ha ido desplazando a su vez por diversos estadios, hasta establecerse en los egoico-razionales, propios del modelo materialista dominante. En este camino de lo arcaico pre-razional a lo egoico-razional, la consciencia humana se ha volcado (hasta quedar fijada) en el desarrollo y el progreso material, a la vez que se ha ido desconectando progresivamente tanto de la matriz natural del planeta como de lo trascendente o espiritual.

En el fundamento de esta cultura materialista dominante está el desarrollo y la plena identificación con el ego y los valores masculinos (esto implica, en principio, la predominancia de valores científicos y racionales, aunque, como veremos, negar lo invisible es, de hecho, bastante irracional, ya que la racionalidad totalmente desarrollada desemboca irremisiblemente en la espiritualidad).

Este devenir de la consciencia ha sido ciertamente presionado por elementos naturales y culturales; sí, ambos aspectos han forjado este modelo materialista dominante que niega lo invisible y lo espiritual, pero, ¿puede haber algo más?

Para dominar hay que negar lo invisible, porque se domina desde lo invisible, precisamente, ¡jajaja!

A continuación, se ofrece un relato que bien puede darnos una idea general de algunos elementos naturales y culturales que nos han traído a este momento de la historia que vivimos como humanidad.

EL MANJAR DE LOS DIOSES

[Por Terence McKenna]

Sociedades fraternales y sociedades dominantes

La profundidad de las relaciones de un grupo humano con la gnosis del Otro Trascendente, así como la colectividad gaiana de la vida orgánica, determina la fuerza de conexión del grupo con el arquetipo de la Diosa, y por lo tanto el estilo fraternal de organización social.

Los modelos de sociedad fraternos precedieron y luego fueron reprimidos y sometidos por formas dominantes de organización social.

30 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Las culturas dominantes son materialistas, jerárquicas, dogmáticas y patriarcales [...] Finalmente, en esta cultura también se imponen los valores “científicos y racionales”.

El registro arqueológico aporta las suficientes pruebas para argumentar que en áreas muy amplias y a lo largo de muchos siglos las sociedades fraternales del oriente medio antiguo no tenían guerras ni revueltas. [...] La guerra, el saqueo y el belicismo llegaron con la aparición de los valores dominantes.

El retiro de los glaciares de las tierras euroasiáticas y la simultanea aceleración de la desertización de las praderas africanas, llevó finalmente a la “expulsión del edén” que alegóricamente se narra en el Génesis. Valle del Nilo, Palestina, Próximo Oriente, la Anatolia turca, y de ahí a Europa, Asia central, las estepas rusas y el resto de Asia.

La domesticación del caballo y el descubrimiento de la rueda permitieron por primera vez a las poblaciones tribales indoeuropeas desplazarse de nuevo hacia el sur. Saqueadores a caballo trajeron el estilo dominante a la Anatolia turca y pisotearon bajo sus cascos la última gran civilización fraternal, Catal Hüyük. El legado de esta civilización se suprimió precisamente por la profunda asociación que tenía con la Madre Diosa; la religión psicodélica orgiástica que adoraba a la Madre Diosa hizo de la cultura Catal un anatema para el nuevo estilo dominante de guerra y jerarquía. Se trataba de un estilo cultural que llegó de golpe y sin aviso. El saqueo sustituyó al pastoreo; los reyes dioses humanos sustituyeron a la religión de la Diosa. Así es como el secreto de la fraternidad se perdió hace unos seis mil años con el eclipse de Catal Hüyük.

[...] La corriente principal del pensamiento occidental dejó de verse renovada por la gnosis de las plantas alucinógenas, que eliminan los límites, mucho antes del cierre de la Era Minoica, aproximadamente en el 850 a.C. [...] En Creta y las cercanías de Grecia, la conciencia del

logos vegetal continuó siendo una presencia firme y esotérica hasta que los misterios eleusinos (Eleusis) fueron suprimidos por los bárbaros cristianos en el 268 d.C. El resultado de este corte de la comunicación es el mundo moderno: la represión de lo femenino y del conocimiento del mundo natural ha constituido el sello de los siglos siguientes.

Con el eclipse de la Creta minoica y sus misterios, la humanidad cruzó una cuenca hacia un mundo más vacío, mas dominado por el ego, y cuyas energías fueron puestas en el monoteísmo y la dominación de valores masculinos.

Con la desaparición de los “misterios” el alfabeto fonético colaboró a la hora de desplazar la consciencia hacia un mundo que acentuaba el lenguaje hablado y escrito, alejándose del mundo de una consciencia gestáltica pictográfica. Estos desarrollos reforzaron la emergencia del estilo cultural dominante y anti visionario. Se iniciaba la noche oscura del alma planetaria que denominamos civilización occidental.

Lenguaje y expansión del modelo dominante

Somos los únicos seres que vivimos en un entorno que no solo está condicionado por las imposiciones biológicas y físicas a las que están sujetas todas las especies, sino que también se somete a los símbolos y al lenguaje. [...] Hemos creado un entorno humano tan condicionado por los símbolos y el lenguaje como por factores biológicos y ambientales.

La continua evolución del lenguaje en entornos en los que los hongos eran escasos o no existían permitió una tendencia hacia la expresión y emergencia del ego. Si el ego no se disuelve repetida y regularmente en el espacio sin fronteras del Otro Trascendente, habrá siempre un lento alejamiento del “sentido de ser” unido a la naturaleza en su conjunto. La consecuencia definitiva de este alejamiento es el fatal hastío que impregna hoy la civilización occidental.

32 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Por otra parte, la agricultura aportó la posibilidad de exceso de producción, que llevó a la superabundancia, a la riqueza, a atesorar y al comercio. El comercio conduce a las ciudades y las ciudades aíslan a sus habitantes del mundo natural. Paradójicamente, una más eficaz utilización de los recursos vegetales mediante la agricultura lleva a romper la situación simbiótica que había vinculado a los seres humanos con la naturaleza. El hastío de la modernidad es la consecuencia de interrumpir esa relación entre nosotros y la naturaleza de Gaia.

[...] Las monstruosas fuerzas del industrialismo científico y la política global, que nacieron en los tiempos modernos, se concibieron en la época de la ruptura de la relación simbiótica con la naturaleza desde los oscuros tiempos. Lo que dejó a cada ser humano temeroso, culpabilizado y solo. Había nacido el hombre existencialista.

[...] La supramanifestación del modelo dominante es responsable de nuestra alineación de la naturaleza, de nosotros mismos y de los demás.

Nuestra cultura, auto intoxicada por los venenosos subproductos de la tecnología e ideología egocéntrica, es la infeliz heredera de la actitud dominante; la represión de la fraternidad, con su adhesión e insistencia en la disolución extática del ego, nos ha apartado del sentido de la vida y nos ha hecho enemigos del planeta, y de nosotros mismos. Estamos destruyendo el planeta con el fin de mantener intacto el estilo cultural del ego dominante.

Una droga poderosa

En este mundo, los vencedores también introdujeron una droga superpoderosa y que todo lo penetra, conformadora de la sociedad. Esta droga fue la primera de un grupo creciente de drogas de alta tecnología que introducen al usuario en una realidad alternativa, actuando directamente en el aparato sensorial del consumidor, sin tener que

introducir sustancias químicas en el sistema nervioso. Fue la televisión. Ninguna droga adictiva, epidemia o histeria religiosa se ha dispersado con tanta rapidez ni ha conseguido tantos conversos en un periodo de tiempo tan corto. La televisión, aunque no invade químicamente, es, sin embargo, tan adictiva y psicológicamente dañina como cualquier droga sintética.

La televisión es la droga dominante por excelencia. El contenido de la televisión no es una visión, sino un río de datos manufacturados que pueden manipularse para proteger o imponer valores culturales.

El control, la uniformidad y la reiteración de los contenidos la convierten inevitablemente en una herramienta para la coerción, el lavado de cerebro y la manipulación. La televisión provoca un estado de trance en quien la mira, algo que constituye la condición previa para el lavado de cerebro.

[...] La creación del público como rebaño: el público vive en un limbo dorado creado por un sistema de crédito que lo ata a una tela de araña de ilusiones que nunca se pone en cuestión. Esta es la definitiva consecuencia de haber roto la relación simbiótica con la matriz gaiana del planeta. Es la consecuencia de la falta de fraternidad; es el legado del desequilibrio entre los sexos, es la fase terminal de un largo descenso a una confusión existencial tóxica y destructiva.

Volver al equilibrio

Desactivar los valores de la cultura dominante significa fomentar lo que podríamos denominar un sentido de holismo gaiano, o sea, un sentido de unidad y equilibrio de la naturaleza y de nuestra propia posición en el seno de dicho equilibrio dinámico evolutivo.

En ausencia de esta relación visionaria con las exoferomonas psicodélicas que regulan nuestro vínculo simbiótico con el reino de las plantas, nos

34 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

alejamos de la comprensión del propósito planetario. Y la comprensión del propósito planetario puede ser la contribución más importante que podemos hacer al proceso evolutivo. Volver al equilibrio de la fraternidad planetaria significa trocar el punto de vista de la dominación egoísta por el conocimiento intuitivo, de sintonizada sensibilidad con la matriz maternal.

[...] Al igual que la sexualidad, los estados alterados de consciencia son un tabú debido a que, consciente o inconscientemente, se experimentan entrelazados con el misterio de nuestro origen: de dónde venimos y como llegamos a ser lo que somos. Estas experiencias disuelven las fronteras y amenaza el orden del ego dominante.

La exposición prolongada y repetida a la meditación o a la experiencia psicodélica, actúa con firmeza para romper el fragmento de la psique que los modernos denominan ego. Donde sea que la función del ego empieza a formarse, es algo análogo a un tumor calcáreo o a un bloqueo de la energía de la psique. El uso de técnicas o métodos (desde el hongo a la danza sagrada) disuelven el nudo de la estructura del ego llevándola a una sensación indiferenciada, al testigo, a la consciencia que observa.

[...] Las prácticas meditativas debieron ser un tardío desarrollo de una medida alternativa, no farmacológica, para alcanzar dicha visión.

ENERGÍA EN EVOLUCIÓN. REPRESIÓN Y LIBERACIÓN

En este viaje que conduce de los estadios pre-egoicos y pre-raciones a los egoicos y racionales, vemos como se va levantando una barrera represiva entre lo visible y lo invisible, entre lo consciente y lo inconsciente, hasta llegar al estadio del ego dominante donde esta barrera queda firmemente erigida y constituida. En términos psicológicos, esta barrera se basa en

represión; es lo que divide al individuo entre la imagen (lo aceptado, lo visible o consciente) y la sombra (lo negado, lo invisible o inconsciente). Esta división es el origen de todo conflicto humano, porque allí donde hay división invariablemente ha de haber conflicto.

La represión es un proceso psicológico que contiene e impide la expresión de ciertos aspectos de nuestra naturaleza. [...] En cierto momento esto puede representar una ventaja adaptativa, que favorece la supervivencia del individuo en su medio familiar, social y cultural. Ahora bien, nada que exista en nuestro interior puede ser reprimido para siempre.

La represión bloquea el libre flujo de la energía en evolución; si esta situación es prolongada y mantenida puede adoptar diversas formas de enajenación, degeneración o perversión, que no es otra cosa que una llamada de atención de la misma vida a través de la “exageración”.

***Si sacas a la luz lo que está dentro de ti, eso te salvará.
Si no sacas a la luz lo que está dentro de ti, eso te destruirá.
[Evangelio de Tomás]***

Desde hace miles de años el ser humano ha comprendido que la represión continuada puede generar desequilibrios, ciertos problemas que pueden afectar, por cierto, a la misma supervivencia que esta represión trata de alentar. En las antiguas tradiciones chamánicas ya existían diferentes sistemas para drenar contenido psicológico conflictivo periódicamente. El arte y las danzas rituales se usaban como un método para explicitar el contenido oscuro de la psique y llevarlo al mundo consciente. El arte y el ritual se veían, literalmente, como una terapia psíquica. Esto era conocido por los chamanes, sabios e iniciados de la antigüedad, y sus enseñanzas eran parte del conocimiento general en las culturas ancestrales. Los

36 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

rituales habitualmente se organizaban y celebraban en fechas astrológicas en correlación con el ciclo circadiano, o el ciclo psicológico. En estas ceremonias se buscaba que los participantes fueran conscientes de su mundo interior previniendo la represión de contenido psicológico. Cuando una persona se confrontaba con su propia sombra y se auto-aceptaba, sanaba, y, además, dejaba de proyectarlo hacia los otros en las relaciones cotidianas, lo que favorecía la convivencia tribal y familiar. Hoy en día estos rituales no figuran en nuestros mapas culturales. Los ritos cretenses y más tarde los Misterios de Eleusis de la antigua Grecia, fueron la última expresión culturalmente reconocida y aceptada de estos ritos de iniciación en nuestra civilización occidental.

Pero claro, la evolución de la consciencia sigue su curso naturalmente... De lo pre-egoico nos desplazamos hacia el ego, y ahora desde el ego nos desplazamos a lo trans-egoico (en la Psicología Transpersonal también se habla del arco prepersonal-personal-transpersonal). La misma estructura del ego se basa en la represión, y esto (como todo) es perfecto en sí mismo; es solo una experiencia, una posibilidad de la consciencia. Ahora bien, la propia “presión” generada por la represión es la que ahora favorece un nuevo salto de consciencia. Y esto es así porque, sea como sea, en lo profundo de la naturaleza humana siempre pulsa una “necesidad de trascendencia”.

A pesar de su irracionalidad e improbabilidad, el elemento trascendente de un Conocimiento interior se inscribe de forma indeleble en el corazón humano; todas las trivialidades del mundo cotidiano debidas a la falta de atención o al desinterés, y a la consecuente ignorancia, son incapaces de extinguir su recuerdo. La negación de este Conocimiento no hace más que afirmar en secreto su poder.

[Stephan A. Hoeller. “Jung Gnóstico”]

Según Maslow (Psicología Humanista) acceder a estos estados trascendentes es una necesidad esencial de nuestra naturaleza, lo que realmente confiere un sentido profundo a nuestra existencia. Cuando nos alejamos de esta trascendencia (cuando la reprimimos o la negamos) nos sentimos ansiosos, perdidos y desamparados, sin unas raíces firmes que nos arraiguen a esta existencia. Por eso, si esta necesidad no se aborda de manera consciente, se buscará satisfacer de manera inconsciente en todo tipo de actividades que alteren la consciencia (por lo general se accede “salvajemente” a través de “carnaval y bacanal”; en fiestas o aglomeraciones sociales, en raves y discotecas, a través de alcohol y drogas sintéticas, etc. Pero también en los deportes de riesgo, en el sexo, y en todo tipo de actividades que promuevan la experiencia).

Sin embargo, actualmente asistimos a un resurgimiento de esa búsqueda consciente del trance, la catarsis y la trascendencia; cada vez más personas buscan la “expresión auténtica” con fines terapéuticos y espirituales. Las ceremonias con plantas sagradas, las diversas terapias de carácter regresivo y transpersonal (como la respiración holotrópica), o las meditaciones activas, entre otras prácticas, se desarrollan en un contexto de consciencia y desarrollo integral.

La catarsis permite que lo reprimido sea expresado y liberado, lo que propicia tanto la salud psicoemocional como el despliegue de la consciencia espiritual.

Tal vez ya no necesitemos el folclore que rodeaba a los ritos antiguos, pero, de alguna manera, sentimos que necesitamos abrir nuestra mente y nuestro corazón para reconocernos en la totalidad de nuestra experiencia; intuimos como lo inconsciente ha de ser abrazado y liberado en la plena consciencia.

BUDISMO Y CHAMANISMO

“*Saramanes*” es el término de origen sánscrito para el monje o renunciante que vivía fuera de las ciudades, en los bosques, dedicados a la búsqueda de la verdad por medio de diversas prácticas espirituales, por lo general de carácter ascético.

[Desde tiempos inmemoriales, entre los *sadhus* y *saramanes* de la India también es habitual el consumo de “*chara*” –crema de cannabis–, que se elabora en los valles del Himalaya. Para estos *saramanes* el *chara* es el “sacramento de Shiva”, que se recibe para aclarar la visión y potenciar la consciencia contemplativa.]

A consecuencia de la imposición del modelo materialista dominante, el chamanismo y la espiritualidad en general se fue convirtiendo en algo reservado, oculto y secreto. Los chamanes y los buscadores espirituales tuvieron que continuar su labor discretamente, dispersos por los bosques, lejos de las grandes ciudades y sus nuevas sociedades, al margen del poder político, la religión institucionalizada y en general las nuevas formas de control social. De ese modo, su función de comunicación, espiritualidad y sanación, siguió su propio camino y su propia evolución.

En la tradición budista, cuando Siddhartha Gautama –el Buda– abandona el palacio, no entra en una orden brahmánica (la religión institucionalizada), no se dirige al templo a hacerse un sacerdote, se va al bosque, con los *saramanes*. Con ellos aprende el acceso al trance mediante la meditación (el estado de absorción y recogimiento profundo), así como a través de un riguroso ascetismo que incluye mortificaciones, largos tiempos sin dormir y largos ayunos. Siddhartha estuvo a punto de morir de inanición en este ascetismo extremo, y, como cuenta la

historia que todos sabemos, finalmente se desprendió de todo eso, encontró el “Camino Medio”, y decidió sentarse sencillamente debajo del árbol Bodhi en meditación, donde se reveló el estado de iluminación; un estado de Ser de plena Comprensión y Compasión, que le permitió ver lúcida y cabalmente la naturaleza de la realidad, así como las verdaderas causas del sufrimiento humano.

Ese “estado” de iluminación (o Despertar) es un estado de Pura Conciencia de Ser y Puro Amor incondicional.

Es un estado donde Eso resplandece y el “yo” que creemos ser desaparece y se funde en la Totalidad de Lo que Es.

Es un estado inefable de Gracia, Gozo y Bienaventuranza.

Eso es lo que subyace a la naturaleza de la realidad, y por supuesto a la naturaleza humana.

A esta revelación-iluminación hinduistas y budistas lo llaman *samadhi* (en sánscrito *samādhi* proviene de *sam* o *samiak* “completo” y *ādhi* “absorción”). El budismo japonés por su parte lo llama *satori* (en japonés literalmente “comprensión”).

A raíz de esta iluminación del Buda (así como la de otros maestros de diversas culturas) se fue produciendo una depuración en las prácticas de expansión de la consciencia. Suave y progresivamente se fue pasando de los factores exógenos a los endógenos para auto inducir la experiencia.

Se estima que la postura del loto (anterior al hinduismo y al Buda) se remonta al 1.800 a.C. en la cultura dravídica. En el Valle del Indo se han encontrado estatuillas de yoguis en postura de meditación. Sin embargo, Buda y otros maestros depuran la práctica de manera profunda y específica.

40 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Tal vez la aportación más importante de Buda, y del budismo, sea el estado de presencia y compasión (presencia compasiva); una extrema lucidez y un profundo amor; un estado de profunda ecuanimidad, paz y serenidad interior. Para cultivar esta consciencia lúcida se desarrollan las prácticas de meditación, cuyos elementos básicos son la atención, la observación y la respiración. Para el budismo, esta es la forma natural, básica y fundamental de acceder al estado de *samadhi*. Así, los ritmos del tambor son sustituidos por los latidos del corazón (tambor primordial). La danza se convierte en quietud. El canto en silencio. La ingesta de plantas es reemplazada por la propia segregación psicoactiva que sucede naturalmente en el cerebro. En esta sobriedad y sencillez radica la experiencia. Pero esto no niega o anula cualquier recurso externo que pueda favorecer la expansión de la consciencia.

Hay un precepto budista que dice: “*no intoxicar la consciencia*”. ¿cómo interpretar eso? Los preceptos budistas son interpretados de diferente manera según las diversas corrientes del budismo (mahayana, teravada, zen, tibetana, etc.), y según el maestro. Para muchos maestros, lo que significa, de lo que se trata, es de no obnubilar la consciencia, de no perder la lucidez o el estado de presencia, la luz connatural de la consciencia.

Todo lo que nubla la claridad de la consciencia es una forma de intoxicación. Y lo que más intoxica la consciencia es la ignorancia. A este respecto, la tradición budista también nos habla de los “tres venenos” mentales, a saber: el apego, el odio y la ignorancia. Estos venenos destilan en la mente las falsas precepciones, así como los comportamientos y las acciones tóxicas y destructivas que manifestamos en la vida, impidiendo que se desarrolle

nuestro potencial connatural para la paz, el bienestar y la felicidad. De los tres, el veneno esencial es la ignorancia, del que surgen todos los demás. Es la ignorancia sobre la verdadera naturaleza de la consciencia y de la vida; el no saber “*quiénes somos realmente*”. Debido a que esta ignorancia impide reconocer y comprender esta verdad, a esta ignorancia también se la denomina la “oscuridad fundamental”. Y así, todo lo que sirva para disolver esta ignorancia es un recurso del despertar.

Si hay algún medio hábil para que la consciencia pueda disipar esta ignorancia, es una liberación, no una intoxicación.

Las plantas sagradas son un medio hábil para vislumbrar la iluminación.

LA EXPERIENCIA CON PLANTAS SAGRADAS

La experiencia con plantas sagradas es individual e intransferible. Aunque a priori suele haber ciertas fases habituales, finalmente el contenido, la intensidad y el sentido de la experiencia es exclusivo del que lo experimenta. (No todo el mundo lo vive de la misma manera; la medicina le ofrece a cada cual la experiencia que necesita de acuerdo a su momento de consciencia).

Observemos ahora algunas de estas fases habituales, teniendo en cuenta que no siempre y necesariamente tienen que darse todas ellas. También es importante considerar que la experiencia no es lineal, se mueve como en oleadas, en “cumbres y valles”, o en espiral, resolviéndose por lo general en una gran paz espiritual. (Este proceso, que también podría asemejarse a lo que tradicionalmente se describe como el “despertar de la kundalini”,

42 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

suele durar entre 6, 12 o 24 horas, siendo las primeras las más intensas y catárticas, y las últimas las más contemplativas y espirituales).

A nivel físico es muy frecuente que se desencadenen fuertes procesos purgativos y depurativos (sobre todo con plantas como la ayahuasca). Esta depuración en ocasiones puede resultar complicada y dolorosa, sobre todo si la persona acumula gran cantidad de toxicidad en su organismo. Esta vía purgativa puede ser incómoda, pero a la vez profundamente desintoxicante y sanadora. (Para evitar efectos extremos a veces se prescriben ayunos y dietas depurativas previas a la ceremonia).

A nivel psicológico este drenaje depurativo también suele darse. Son habituales las catarsis emocionales y la recuperación de sucesos traumáticos biográficos, perinatales (lo que gira en torno al nacimiento) o transgeneracionales (árbol familiar). Ciertamente, en ocasiones podemos encontrarnos con lo que nos duele o rechazamos de nosotros mismos, nuestras propias “verdades incómodas” o nuestros propios “demonios”; nuestros miedos y limitaciones, la culpa y la vergüenza, el dolor y la angustia existencial... Sí, a veces hay un momento para drenar sombra y oscuridad.

Inicialmente, la planta no trae la armonía a una mente desarmonizada, sino que le va a mostrar la enorme desarmonía en la que se encuentra.

Sin embargo, a través de todo esto, se purgan aspectos patológicos o neuróticos del carácter, surge una comprensión y una aceptación de los elementos que han configurado nuestra vida y el desarrollo de nuestra personalidad. En esencia, la experiencia es cohesiva e integradora, como si una “inteligencia

secreta” hilara los sucesos de nuestra vida aparentemente inconexos y los ordenara de manera significativa y coherente. De esta manera, se recupera el sentido y el propósito; los problemas que parecían irresolubles se presentan bajo un prisma de sencillez y obviedad, a la vez que promueve un fortalecimiento de la determinación y de la voluntad.

A nivel psíquico pueden darse las “visiones”. Sea como sea, es importante recordar que la planta no provoca las visiones, es la mente; la planta solo es un catalizador, un potenciador de la mente (psicodélico: “*que manifiesta la mente*”). Las plantas potencian la emergencia y percepción de visiones, imágenes y sueños conscientes. Estas visiones suelen aparecer como metáforas o alegorías, dotadas de un significado simbólico muy profundo. Hay algunos patrones habituales en las visiones: fractales, mandalas caleidoscópicos y geometría sagrada, imágenes de muerte y renacimiento, tótems y animales de poder, arquetipos universales, etc. Todo ello dotado de extrema vivacidad, colores, brillos y destellos (velados a la consciencia ordinaria) que confieren una profunda impresión de certeza y realidad. Sea como sea, más allá de los patrones habituales, el espectro de las visiones se extiende a las tendencias latentes de cada psique individual.

Esta experiencia también podría asemejarse a la del sueño lúcido, o ensoñación lúcida. La naturaleza profunda de la mente fluye libremente proyectando todo tipo de visiones, pero no estás dormido, estás despierto, plenamente lúcido y consciente.

A nivel espiritual la experiencia puede desembocar (o ser acompañada) en un intenso florecimiento espiritual. La Comprensión y la Compasión. La Sabiduría y el Amor.

44 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Comprensión sobre la naturaleza de la realidad. Luz que disipa la ilusión. Conciencia de Unidad. Comunión. Vibrar en el Sagrado Corazón. Paz, Quietud, Inspiración.

LA ACTITUD

La actitud y el entorno (contexto de la ceremonia) son tal vez los dos aspectos que más determinan la experiencia con plantas maestras.

La actitud podría resumirse en dos palabras: **presencia y entrega**. Esa es la clave, mantenerse serenamente atentos y dejarse fluir con la experiencia.

Uno se entrega y se deja llevar por la planta maestra, sin expectativa y sin resistencia.

Si uno decide entrar en comunión con la planta tiene que confiar plenamente en ella. Lo que ella nos muestre, es lo que ahora necesitamos en nuestro momento de vida y de consciencia.

Lo que se llama “mal viaje” no es otra cosa que una experiencia vivida desde la resistencia. Es la actitud, de entrega o resistencia, la que determina la “calidad” de la experiencia. (Y por supuesto también está el desconocimiento y la imprudencia; la dosis adecuada, el contexto preciso, los problemas psiquiátricos, etc.).

Aunque se vivan momentos duros, aunque se abra el “inframundo”, hay que confiar en la planta maestra, en nuestra alma, en nuestra sabia naturaleza. Toda experiencia que se nos ofrezca es en su conjunto constructiva y dotada de una profunda sabiduría y coherencia.

Te abandonas, te rindes, te entregas... Fluyes sin perder el enfoque de atención y de consciencia, sin apego a lo agradable y sin rechazo a lo desagradable, sin control, sin preferencias...

Fluyes con “lo que es”, fluyes con naturalidad... Este fluir durante la ceremonia representa en sí mismo una profunda enseñanza y un excelente ejercicio de ecuanimidad.

La experiencia siempre tiene que ver con nuestro “momento” de consciencia; ¿dónde está uno mismo? ¿En qué medida está desarrollada en nuestra vida la entrega y la presencia? Claro, lo importante no es tanto lo que sucede durante la ceremonia, sino la actitud que uno ha cultivado antes. Si se vive un proceso de consciencia, si se practica meditación, después en la ceremonia se va a potenciar naturalmente todo ese proceso de atención. Todo es el enfoque de atención. Esa es la clave. Tanto en la meditación como en la toma de plantas maestras.

SANACIÓN E ILUMINACIÓN

Teniendo todo esto en cuenta, podría considerarse que la ceremonia con plantas sagradas puede estar orientada fundamentalmente a dos tipos de experiencia: “sanación e iluminación”. Por supuesto, en una misma ceremonia pueden y suelen confluír ambas experiencias, ya que, de hecho, son las dos caras de una misma moneda de vida y de consciencia. De manera muy genérica:

La ceremonia de sanación suele darse sobre todo en los contextos nativo americanos. La ceremonia de iluminación suele darse en contextos orientales.

La ceremonia de sanación está orientada hacia la purgación del psicocuerpo y la liberación del inconsciente. La ceremonia de iluminación está orientada hacia la revelación de estados supraconscientes.

46 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

La ceremonia de sanación convoca elementos rituales, la música y el canto. La ceremonia de iluminación convoca a la vacuidad, la quietud y el silencio.

Ceremonia de sanación

Simbólicamente, la ceremonia de sanación tiene que ver con la “Tierra”; el proceso terapéutico en su sentido más amplio (psíquico, energético, físico). Es el trabajo con el corazón, con la naturaleza en todas sus dimensiones. Esto incluye el trabajo con la sombra y la liberación del potencial connatural.

[“Sombra” es un término psicológico que alude a esa parte del psiquismo que ha sido reprimida, enajenada y excluida, es lo que rechazamos de nosotros mismos, lo que nos mantiene fragmentados y divididos, generando sufrimiento y conflicto. El trabajo con la sombra significa hacer consciente lo inconsciente, liberar la energía reprimida, e integrar todo eso en una consciencia de totalidad.]

En este proceso “terapéutico o depurativo” podemos encontrarnos con tres niveles de profundidad; la sombra de la mente, la sombra del corazón y la sombra del ombligo. Efectivamente, en cada una de estos niveles se puede manifestar tanto la “luz” como la “oscuridad”. La purgación de lo inconsciente puede ser intensa y dolorosa, y a la vez puede revelar un poderoso potencial creativo, así como una profunda certeza espiritual que nos permita atravesar e integrar la experiencia.

La sombra de la mente tiene que ver con las formas mentales, con las creencias y programaciones inconscientes, y en general con nuestra percepción de la realidad (la percepción del mundo y de nosotros mismos).

La sombra del corazón tiene que ver con la “herida de la vida”; lo que sentimos, la dimensión energética y emocional.

La sombra del ombligo (estómago, intestino) tiene que ver con el “inframundo”. Es la “bajada a los infiernos”, donde anida la sombra primaria y ancestral, donde se desenvuelven los arquetipos de la oscuridad fundamental. (Si este contenido es revelado, es porque “ya” existe una fuerza luminosa para atravesarlo y liberarlo).

Ceremonia de iluminación

La ceremonia de iluminación, por su parte, tiene que ver con el “Cielo”; el proceso contemplativo, de revelación mística, experiencia cumbre o arrobamiento espiritual. Es el *samadhi*, o, al menos, el vislumbre del Amor y la Verdad.

Efectivamente, como se señala en la literatura espiritual, existen a su vez diversos “niveles” de *samadhi* o despertar. Por ejemplo, en el zen se denomina *satori* al despertar “radical”, el estado de iluminación estable y permanente; *Kenshō*, por su parte, sería un despertar “provisional” (no permanente), un vislumbre de iluminación, un guiño divino, un destello. En este caso, lo que la ceremonia suele propiciar es el *Kenshō*.

Como se ha señalado, aunque la ceremonia esté orientada hacia la Tierra o hacia el Cielo, y aunque cada cual finalmente vive lo que necesita vivir en cada momento, es bastante común que toda ceremonia incluya, en alguna medida, ambos aspectos. De hecho, en estos tiempos acuarianos, ambas corrientes tradicionales –sanación e iluminación– se están encontrando y en cierta medida fusionando. Vivimos tiempos de integración. Tiempos de cambio.

48 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Finalmente, toda ceremonia es una Boda Alquímica donde Shiva y Shakti se besan y se funden en el Corazón (el Cielo y la Tierra, el Espíritu y la Naturaleza, la Conciencia y la Energía de la Creación).

***En espiral hacia el centro, el centro del Corazón,
Soy el tejido, y soy el tejedor; soy el sueño, y soy el soñador.
[Ícaro tradicional]***

LA CONTROVERSIA EN EL “MUNDO ESPIRITUAL”

Como hemos visto, la noción del mundo de lo “invisible”, así como el uso de plantas sagradas como recurso para expandir la consciencia, es negado de manera muy tajante por el paradigma materialista dominante. Sin embargo, este asunto también genera mucha controversia dentro del mundo espiritual. En este caso, evidentemente, no se niega lo “invisible”, sino que se cuestiona la forma de “acceder” a esas dimensiones de la realidad.

Existen voces a favor y voces en contra acerca del uso de las plantas sagradas en este mundo espiritual, caminos que lo validan naturalmente y otros que lo invalidan con rotundidad. Por mi parte, no existe ninguna controversia, ninguna dificultad, solo es otra posibilidad; otra posibilidad en el camino del despertar (igual de válida que todas las demás).

En mi proceso, el hecho de haber participado de muchas tradiciones y haber compartido con muchos practicantes, me ha permitido constatar cómo, a veces, unos a otros tienden sutil o directamente a invalidarse. En algunas ceremonias con plantas he visto como algunas personas se mofan del *zazen* (meditación sedente) y, en algunos retiros de *zazen*, cuando se pregunta por las plantas, se niega rotundamente su validez. Según mi visión,

considero que cualquier forma de invalidación dentro del camino del despertar proviene de un “sistema de creencias” más que desde una genuina “comprensión espiritual”. (Apegarse a un sistema de creencias suele comportar cierta “arrogancia espiritual”, así como el miedo y los prejuicios con respecto a otros sistemas que pueden percibirse como una amenaza a mi “verdad”).

Considero que desde la comprensión espiritual es validado implícitamente cualquier “sistema de conocimiento” orientado al despertar. Por eso tantos caminos y tantas tradiciones, porque la diversidad de las tendencias y tipologías humanas es muy rica y muy plural; para la consciencia todas las posibilidades son válidas, lo importante es descubrir “qué vale para mí”, y no para nadie más.

Por lo demás, en esta controversia sobre el uso de las plantas he constatado como, por lo general, las personas que lo critican o invalidan curiosamente no lo han vivenciado, o bien lo han probado y no les ha “gustado”, lo que les legitima para invalidarlo; “*si no vale para mí, no vale para nadie*”.

Más allá de la crítica trivial del “*todo eso no es más que una alucinación*” (trivial porque esencialmente todo es una “alucinación”), entre los argumentos más comunes para invalidarlo nos encontramos la afirmación de que es un proceso “exógeno”, no “endógeno”; es algo que viene de fuera, no surge del interior, por lo tanto, nada de lo que suceda de esta manera puede transformar verdaderamente la consciencia-corazón. (Todo esto a la vez que proclamamos bien alto “*¡la realidad es no-dos!*”).

Por mi parte, considero que esta afirmación es usada generalmente como un “cliché” superficial, una frase oída y repetida sin llegar a considerarse el asunto con verdadera honestidad y profundidad. Es como si, tras un profundo proceso de sanación e iluminación, tras haberse revelado la identidad

50 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

profunda en el Amor, eso no fuese válido por haber ingerido algo desde el exterior. ¿Y bien? ¿Cuál es el problema? ;Bendita Naturaleza que nos ofrece en sus jardines los frutos para favorecer el despertar del Corazón!

Según mi visión, en esencia “Todo es en la Conciencia”. La planta maestra ya “es” en nosotros, porque todo forma parte de la Única Existencia.

Todo lo que es, todo lo que sucede, todas las cosas con las que interactuamos y nos relacionamos, “son” en nuestra consciencia. ¿Dónde si no sucede toda experiencia?

Efectivamente, desde una perspectiva dualista tendemos a discriminar lo interior y lo exterior, lo que está dentro y lo que está fuera, pero en esencia nada es ajeno a nuestro propio ser. Sea como sea promovida la experiencia, sea exógena o endógena, lo que cuenta es lo que supone en la consciencia.

En los planos de manifestación existe lo endógeno y lo exógeno, lo interior y lo exterior; pero esencialmente no existe dentro y fuera, esencialmente Todo Es en el Espíritu, y Eso, soy Yo.

MEDICINA PARA LA MENTE. MEDICINA PARA EL CORAZÓN

La Medicina no nos trae la visión, la comprensión, la compasión, simplemente lo revela... Se corre la cortina y surge la percepción de ese mundo “fluido y orgánico” que existe más allá del mundo de las “ideas”.

La Medicina revela, despliega, cataliza, manifiesta... Despierta y aviva todo el potencial dormido en la consciencia... La Medicina revela, y también siembra.

Para el chamanismo, otra manera de referirse a las plantas sagradas (plantas de poder, plantas maestras) es como “medicina”. En esencia, la medicina purga lo *atascado* en nuestra mente-corazón, y de ese modo se propicia un espacio de florecimiento interior, de comprensión y compasión, en definitiva, la gracia del Amor y la Visión.

La medicina, ciertamente, nos adentra en un continuo flujo de “darse cuenta”, favoreciendo la súbita comprensión de la consciencia despierta. Y también revela el amor, el perdón, la compasión... Pudiera parecer que la medicina nos “catapulta” hacia ese estado, sin embargo, sencillamente lo revela.

La medicina revela lucidez y compasión, y, además, revela otros estados de consciencia, percepción e información, normalmente excluidos de nuestra consciencia ordinaria (a esto es a lo que suele referirse vulgarmente como “alucinación”).

***Llévame con tus alas de luz,
Águila, tráenos medicina.***

***Del viento, del aire, de las estrellas, del sol,
Brillando, me guía el camino.***

***Cura, cura, cura, sana todo lo que yo llevo,
Agradezco por mi vida,
Pachamama yo te amo.***

[Ícaro Vuela con el Viento. Ayla Schafer]

***Introdúceme en tu cuerpo, desde allí yo te hablaré.
Introdúceme en tu mente, desde allí te alumbraré.
Introdúceme en tu corazón, desde allí te daré calor.***

***Oirás mi voz de serpiente (kundalini) deslizarse en tu oído.
Verás mi luz, sin verla a través de los sentidos.
Y mi calor te seguirá, más allá de frío frío.***

***Y seré parte de ti, tierra lanzada al infinito,
Dentro de ti vas a encontrar la respuesta a tu ser.
[Ícaro de la serpiente. Darío Poletti]***

La medicina induce una experiencia profundamente terapéutica y reveladora... Claro, la medicina cura... Ahora bien, ¿qué es lo que cura verdaderamente? Lo que cura es la misma raíz de la enfermedad; la división y el error de percepción. La medicina nos revela la verdad de “lo que es”, y nos impulsa a integrarlo en la consciencia-corazón.

Si la enfermedad es la división y la fragmentación, propicia naturalmente la integración y la comunión.

Si es el sentimiento de carencia y de limitación, revela plenitud y abundancia en nuestro corazón.

Si es la ignorancia, revela conocimiento. Si es la inconsciencia, revela consciencia plena.

Si es la consciencia de separación, revela la consciencia de unidad (sentido de totalidad en nuestro ser multidimensional).

Si es la ausencia de nosotros mismos, despierta la presencia radical.

Si es el olvido, nos hace recordar.

Efectivamente, muchos maestros afirman que para todo esto la medicina no es necesaria, y estoy plenamente de acuerdo... Es simplemente una posibilidad. (Me pregunto: ¿existe algo estrictamente “necesario” en el camino del despertar?).

Dicho todo esto, considero que la medicina no es para “todo el mundo”; para comulgar con las plantas sagradas ha de existir una fuerte resonancia con ellas (con la naturaleza y el logos vegetal); ha de haber una llamada, un amor, una entrega y una fuerza.

Una de las singularidades de este proceso es que, una vez que te has subido al tren de la experiencia, ya no puedes bajarte hasta que termine el viaje; sea como sea “hay que vivirlo hasta el final”. Por eso se requiere de esta resonancia y de esta profunda confianza en la planta y en el ritual. También es importante considerar que un proceso donde se abre el “melón” del inconsciente, tal vez no sea lo más conveniente para personas con psicopatologías severas o tratamiento psiquiátrico, donde de lo que se trata precisamente es de cerrarlo. Y en cuanto al posible problema de la adicción, lo cierto es que ningún estudio sobre estas sustancias medicinales (presentes en cactus, hongos, lianas y otras plantas) ha detectado esta capacidad adictiva, al contrario, ha sido empleada con éxito para tratar adicciones, como al alcohol y a otras sustancias sintéticas (cocaína, heroína, anfetaminas, etc.).

Teniendo en cuenta todo esto, podría considerarse que de haber un “problema” con este camino de las plantas sagradas es el de apegarse a la práctica; apegarse, idealizar, mistificar... Constreñir la vida espiritual a una determinada práctica, o usar la práctica para escapar... En realidad, el mismo problema que se presenta en todos los caminos y prácticas del despertar.

Según mi visión, el uso de la medicina debe tener como fundamento un camino de consciencia; la meditación, la continua mirada terapéutica, la práctica de atención plena y una profunda vida espiritual. En cualquier caso, considero que la ceremonia de medicina no es el núcleo de la práctica; el verdadero núcleo se despliega momento a momento en la vida cotidiana. Desde este punto de vista, la ceremonia es una celebración ocasional dentro de un proceso de “fondo”, un momento señalado que, como seres simbólicos, representa “la muerte y la resurrección”, la consumación y la apertura a nuevos ciclos de consciencia en su espiral de evolución.

54 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

La ceremonia es un “rito de paso”, una iniciación y una celebración. Es el festejo de la consciencia-corazón.

En mi camino, he pasado algunos años explorando con la medicina y la práctica de meditación; el proceso, en esencia, consiste en “*sentarse en zazen y recibir la comunión*”.

La presente obra se inspira en algunas de estas experiencias, especialmente algunos encuentros con la Abuela Ayahuasca, así como una serie de ceremonias con el Abuelo Hongo. Con este gran amigo he comulgado en rituales solitarios en la montaña, donde Medicina, Naturaleza y Meditación se han hermanado en una misma práctica de Corazón.

El propósito de esta obra no es de carácter académico, sino mas bien poético e inspirador. Bien es sabido que todo lo relativo al ámbito espiritual no puede ser aprehendido desde una mente estrictamente conceptual y literal, nuestro propósito, por tanto, es inspirar el encuentro con Eso a través de cierta “poesía del despertar”.

Así es, y que así sea...

AHO METIAKASE*

**AHO METAKIASE es una oración de origen Lakota que suele traducirse como “Yo soy Uno contigo”. Es una oración de unidad y armonía con todas las formas de vida y existencia.*

Durante las ceremonias sagradas es muy habitual la expresión “Ahó”, como una manera de asentir y afirmar algo desde el corazón. Puede traducirse como “sí, estoy de acuerdo”, o “así es y que así sea”. Es una interjección muy semejante al “Amén”.

Introducción

55

Ahó proviene de la frase “Aho Mitakuye Oyasin”, otra oración de la cultura Lakota, que honra y alude a la unión del Espíritu con todas las cosas; podría traducirse como: “todos estamos relacionados”, o “por todas mis relaciones”, o “todos son mi familia”.

PRIMEROS ENCUENTROS

EXTRAÍDO DE “LA TENTACIÓN DEL EGO”

(Mismo autor 2003)

LUCES DE BAJO CIELO LLENABAN DE ESPUMA reverberante aquel horizonte tan lejano, y arriba, la piedra blanca flotaba, fría y solitaria, apagando en su fulgor otras miradas de la corte celeste.

El vapor de mi boca licuaba sobre el cristal de la ventana, que lloraba, y me hacía ver la luna blanca como una perla empapada en lágrimas. Contemplaba... Las sombras de medianoche embalsamaban el aire de misterios y remotas nostalgias, todo era oscuro y, sin embargo, en lo alto seguía brillando la gran piedra blanca, y yo veía como lloraba... ¿Era o parecía? ¿Mis hálitos y un frío cristal me engañaban? ¿Lloraba de pena esa luna y mi corazón respiraba para darle unas lágrimas?

Si mis ojos veían llorar a la luna, si a mi corazón llegaba su lamento volando por el cielo, ¿tenía alguna importancia que todo aquello no fuera más que sugestión, un mero juego del psiquismo, la proyección de mí mismo? ¿Quién era la luna, quién era yo? ¿Debía encerrar la existencia en la cárcel de la lógica y la estrechez de los sentidos? ¿Podía rendir la “cordura” y arrojar la sensatez como una piedra lanzada a los abismos?

Seguía observando... Los últimos años habían mecido la cuna de mi espíritu de un modo tan misterioso y enigmático, que el horizonte mundano se había vuelto a mis ojos limitado y escaso... Por eso, ahora necesitaba abrir mis alas y expulsar al cielo mis más recónditos suspiros, abrirme hacia esa otra posibilidad donde la vida, tal vez, no fuera la de un pájaro famélico y cautivo.

La comedia de la vida humana me asfixiaba, sentíase mi corazón como un barco atrapado en la botella de una existencia exigua y apagada... Por eso, decidí huir hacia otro mundo más auténtico y más vasto; un mundo claro, donde todos los enigmas fueran dichosamente revelados; un mundo donde por fin cesara la fiebre y se extinguiera el hambre; un mundo donde pudiera mirar al sol sin deslumbrarme.

Me costaba entender mi vida como un simple juego de casualidades, un azar veleidoso donde mis flexibles miembros se estiraban, y donde cada día se secaba un poco más mi carne... Y ahora intuía esa otra *luz*, a veces difusa a veces clara, a veces como una antorcha titilante, otras blandiendo ardientes llamaradas.

Lo presentía, lo intuía, y algunas veces hasta mi corazón se estremecía... Era la Princesa abandonando para mí su Celosía... El Arroyo que mojaría mis manos y donde mi sed se apagaría.

El mundo sensible llegaba hasta donde su laxitud alcanzaba, y siempre encontraba una orilla, una visión delimitada que encerraba la existencia en su forma más densa y más primaria. Pero ahora esa *luz* surgía de dentro y me inspiraba, llevándome hacia un espacio de silencio más allá de las formas y de las palabras.

58 **Meditación y enteógenos** Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Ser en ese espacio, me vaciaba, y también me liberaba... Un espacio para la verdad, sin formas ni medidas ni tablas de piedra grabada... Y, aun así, adivinaba en ello algo de comprometido y expuesto, un salto al vacío, y un vértigo, y mi corazón todavía domado me refrenaba. Aquel espacio era tan desmesurado, y tan deliberadamente “simple”, que a veces asustaba.

¿Debía ser un Ulises atrapado en la isla de los sentidos, o debía saltar a ese océano misterioso aun a riesgo de no llegar a ninguna parte y morir ahogado bajo las olas? ¿Era el momento de abandonar definitivamente las caricias de esta ninfa seductora?

En el imperio de los sentidos caminaba sobre un fondo de naturaleza viva sin darme verdadera cuenta de que yo era la Vida, ignorando las primeras palabras de la Vida, hasta que un día tropecé y me vi cayendo por las *escaleras cristalinas*. Allí, al final de la caída, intuía la gracia del reencuentro y del pleno reconocimiento, por eso, aun a riesgo de hundirme en aquel Piélago inmenso, decidí nutrir mi antiguo espíritu anoréxico con aquel nuevo alimento, de espacio y de silencio.



Algunos dicen que una experiencia cumbre les despertó a la vida mística. Aquí, hubo dos *despertares*; uno de los ojos para dentro y otro de los ojos para fuera; ambos sometidos a la teocracia del silencio, ambos, encantados por la magia del *liquidámbar*.

Una seta. Ella fue mi hechicera, mi hada bella. Su encantamiento, hizo despertar al “tercer ojo” de la hibernación y la ceguera, abriendo mi carne y mi psique, así como la luz de primavera rompe las prímulas de las praderas.

Aquella pequeña seta me hizo entrar en la realidad “más a fondo”, penetrar más allá de lo velado a mis poco atentos ojos... Hasta que al fin descorrió el último velo, y me empujó a ese espacio más allá del mundo de las formas y de los fenómenos.

Fue un estallido, una explosión, pero también una implosión, una caída al “agujero negro” de mi ser y de mi corazón.

¿Qué te puedo decir, corazón mío, que no entendieras bajo sus alas inmensas? ¿Para qué hablar, si ya las hadas camelaron tus oídos seniles?

¿Alas inmensas? ¿Etérea ligereza? ¿Efluvios de la pura naturaleza de ser en la consciencia? O, simplemente, lenguajes de una región remota y exótica, magia y caramelos, auxilios para escapar del infierno y del acero.

¿El sagrado sacramento o un simple hongo, que no deja de ser un pequeño tallo con sombrero?

¿Casualidad o causalidad? ¿Un capricho de la química o un arrebató espiritual?

¿Veneno o elixir? ¿Ponzoña o pomada? ¿Y qué más da si aquel aceite psicoactivo lubrica la vertebración del alma en esta su pasajera morada!

¿Correcto o incorrecto? ¿Válido o inválido? ¿Necia duda cuando se vive una experiencia en las orillas de lo humano!

¿No era esa la conmoción previa al desmantelamiento del ego y la ilusión, la sacudida psicotrónica que a tantos seres ha brindado revelación y bendición en su corazón?

Mil misterios jalonan mi camino al cielo... Antes me detenía, y hasta no desenterrarlos no seguía... Ahora, renuncio al autoengaño, y simplemente me entrego a ese misterio. Cuando una flor se

60 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

abre, no pienso para quién lo hace, sino que simplemente la siento, la contemplo, y si es preciso la beso, pero no es la razón, sino el corazón quien me acerca a ello.

¿Cómo aprendí el Idioma, el auténtico lenguaje de todas las cosas? Preparando la tierra para la tormenta, amigándome con el caos que dormita en cada certidumbre y, sobre todo, volviendo a entrar en la “alianza de los seres”. Entonces, cuando me sentí íntimamente hermanado, unido firmemente a todo lo creado, decidí recibir la comunión de mi hermosa Naturaleza, y ella, ruborizándose en atardeceres, me hizo escarbar la tierra para encontrar sus esporas benditas.



¿Cómo podía yo, ser del suelo y de alisados horizontes, mirar hacia tan elevados promontorios? ¿Cómo mi espíritu vulgar podía experimentar en su levedad tales tempestades?

La primera hostia la recibí a modo de comunión con mis propios elementos, y también, como un “hundirse en las raíces”, como una caída libre hacia el origen.

Era una noche templada, en una ciudad vieja. Yo jugueteaba y cantaba con mis amigos por unas calles repletas de tambores, danza y algarabía, y el vino me zarandeaba en el regocijo de la fiesta y la compañía querida. Y entonces la noche, como una bruja hermosa, puso la hostia en mi boca, y el elixir se difundió, corriendo por mi sangre como en ágiles corceles hacia las salvajes tundras de mi corazón.

Me perdí, sin saber qué fuerza me arrastraba me dejé llevar, y acabé solo en oscuros callejones, suelto y libre, ausente de todos y de todo, arrebatado por una poderosa corriente de energía que

volvía todo fluido y transparente, poseído por una feroz “fantasía” que anulaba cualquier consejo de “cordura” en el anchuroso espacio de la mente.

El cuerpo, el imperio de los sentidos, gozaba de exquisitas golosinas. La mente, alambique de todos los nervios que destila como un aceite el pensamiento y las palabras, también sorbió de la pócima, y le crecieron las alas.

Yo era la noche, la noche era yo... Eso me desplazaba como en un ensueño donde mi cabeza era un lucero y mis pies eran la brisa... Mis manos, cargadas de caricias, expresaban una sensibilidad extrema y exquisita... Los ojos florecían... El corazón se estremecía... La consciencia respiraba y liberaba una poderosa magia psíquica.

Entonces, sospeché que era el elixir el que excitaba mis sentidos, el que avivaba el fuego de mis ojos y expandía mi visión... Sospeché que simplemente el elixir me poseía, y que, tal vez, me encontraba caminando por un falso paraíso, nada más que espejismo y fantasía... Y entonces, surgía aquella voz que intrépidamente me decía: “*¿pero es que eso importa acaso? ¡Vive la revelación! ¡Olvida todos tus recelos y abre tu corazón!*”.

Aquel callejón de paredes medievales se convirtió en un eterno *aquí y ahora*, donde todos los mundos, y todos los tiempos, se comprimieron en un simple momento... Y, al cerrar los ojos, como un cometa fui lanzado hacia la inmensa oscuridad del universo.

Todo era oscuro, porque a la luz le atrapaba una piel y no llegaba... El mundo de las formas era como una imagen vaporosa, prácticamente olvidada... Caía en mí mismo y ahora juntaba las manos para no agarrarme a nada... Quería ver cuán profunda

62 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

podía ser la caída, cuán espacioso el hábitat del alma, y la caída se hacía cada vez más vertiginosa y más precipitada.

Sí, de alguna manera sabía que caía hacia el origen, así como la savia que fluye por el árbol regresara a las raíces... Y, aun así, adiviné en mi corazón el vértigo y el miedo... Entonces respiré para *ahuecarme*... Inhalación, exhalación... Hasta que, en un momento dado, la caída cesó, y me encontré silente y quieto, en un vacío sin formas, sin luz, sin nada, un vacío que no obstante era una dichosa plenitud que en lo invisible fulguraba.

Allí, en el último de los abismos, se revelaron los secretos en silencio, y el enigma del Yo apareció desnudo ante los ojos de lo Eterno; Vacío, Silencio y Amor, eso era todo, eso era Yo.

Entonces, de aquel Vacío surgió como un suspiro, y se encendió una flama, una especie de “centella divina” que nutría con su luz y su energía a todos los universos y galaxias... Y, misteriosamente, hubo comprensión; era la llama del origen, donde se mecía el enigma de la primera alborada, el fuego divino que calentaba mi existencia en amorosas llamaradas.

Aquel Misterio me recibía como una Madre amorosa y un Padre complacido, en un abrazo donde todo recuperaba su verdad y su sentido. Y sí, también estaba el Niño, recibiendo esta revelación y este amor tiernamente agradecido.

En ese parpadeo sin tiempo se insinuó la revelación de Mí mismo; comprendía sin necesidad de significados, reconocía sin palabras lo que no podía ser nombrado. De esa manera, mi espíritu renacido vislumbró la Nube Eterna de donde yo emergía como un fino relámpago.

Esa fue la primera experiencia cumbre, la primera *visión clara*.



Pasaron mil nubes por el cielo y un otoño bermejo me llevó a las montañas. Ese era mi espacio, allí me sentía libre y poderoso, allí, solía caer presa de un formidable presentimiento; el de un Cielo que me sostenía y una Tierra que me amaba, un Amor-Inteligencia que todo lo observaba, lo regía y lo cuidaba.

Sí, en las montañas me sentía libre, porque las voces de los hombres nunca llegaban a las alturas, y porque para mí era una libertad someterme a la libre tierra, y una sublime liberación escuchar bien alto aquellos gritos de piedra. Sí, la montaña me daba la vida, y a veces me arrancaba un poco de ella, pero por encima de todo agasajaba mi corazón con caricias de una indómita y ancestral belleza.

Junto a un amigo me perdí en las montañas de Gredos. Por una de sus venas de piedra emprendimos el camino hacia una cumbre perdida y solitaria. Nos encantaba, caminar entre los robles y las rocas acolchadas por las envejecidas hojas del ámbar, flotando en una niebla que parecía querer sumergirnos en una fábula... Sentir las piernas fornidas, la profunda respiración, los vigorosos latidos de nuestro fértil corazón... Sentir como en cada pisada se limpiaba el cuerpo, el ánimo y la voluntad gastada, como todo lo viejo se licuaba a través de cada poro de la piel oxigenada.

Ascendimos por entre las nubes y lentamente nos alejamos del mundo humano... Penetramos en el planeta Gredos, siempre místico y arcano para los ojos iniciados... Cuando quedaron atrás las sombras del bosque, aparecieron los jardines de enebros, jaras y retamas, aflorando en alegres ramilletes entre las rocas hacinadas, y, además, superamos la línea de las nubes, y a partir de ese momento todo nuestro espacio estuvo sostenido por un interminable mar de olas blancas.

64 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Dentro de nosotros comenzaba a latir esa asimilación, casi divina, de la realidad en los espacios puros, esa comunión con la Naturaleza que ahora se revelaba en los ojos sin apenas tapujo o disimulo.

Llegamos a un collado alto y allí establecimos el campamento.

La contemplación de las cumbres nevadas, la inmensidad de los valles y gargantas.

Las aristas y el granito afilado, con el que algún dios antiguo había rasgado caprichosamente la tersura del espacio.

Y el cielo azul con su sol elevado, y la alfombra de vapores que parecía romper en olas espumosas contra nevados acantilados.

Y el silencio, y la paz de las alturas, y todo, todo se confabulaba para liberar esa extensión de la Belleza dentro de un corazón maravillado.

Sí, el lugar para la ceremonia, para recibir el sacramento y entrar en comunión, era ese collado.

En aquel santuario, el Abuelo Hongo disipó la bruma de mis ojos y arrancó la coraza de mi ferviente corazón; con su espíritu, con su magia, me concedió la gracia de ser en el Amor.

Al contemplar la Madre Tierra, recordé la devoción... Sí, del corazón, de la mirada, fluía silenciosamente aquel poema de amor hacia la Diosa Bienamada... Y todos mis suspiros, y todas mis inspiraciones, bebieron de esa Fuente que ahora tan generosamente se vertía y derramaba.

Contemplaba arrebatado por ese Amor Inteligente, por esa gracia concedida para poder sentirme Uno con todo lo viviente.

En un momento dado, como una niebla sigilosa ascendimos a la cumbre solitaria, puerta del cielo, y de los tendidos horizontes su guardiana... Allí, las aves nos montaron en sus alas, para darnos a probar el éxtasis entre la luz del cielo y la fuerza natural de la montaña.

¿Cómo capturar aquel salto a la Vida en palabras? ¿Aquella entrega al seno de la Madre Naturaleza y de la Diosa Gaia? ¿Cómo hablar de su mirada, si Ella estaba en Todo, y desde Todo se difundía e irradiaba?

Era el brote tierno y era el árbol seco. Era los retoños que escarban en la tierra y también las yermas ramas que rebuscan como raíces en el cielo.

Era todo lo que nace y era todo lo que muere. Vida y muerte reflejándose en un juego de espejos.

Era los seres del agua, truchas, ranas, tritones y salamandras.

Era los seres de la tierra, cabras montesas, zorros, topos y lagartos.

Era los seres de los aires, águilas, buitres, grajos y milanos.

Era una manta de musgos y líquenes coloreando las piedras, manta viva para sagradas abuelas.

Era la travesura de los duendes y las canciones de las hadas.

Era el rumor de manantiales, torrentes y cascadas.

Era el zumbido de los insectos y el silbido de aves lejanas.

Era el susurro del pasto mecido por el viento, y era el silencio.

Era las líneas de luz surcando el horizonte anunciando la llegada del ocaso; y era las partículas que jugaban en ellas a ser leves estrellas, perdidas en un universo claro.

66 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Era la Belleza, que alegremente tarareaba “la melodía de los elementos”; el guiño de una Diosa a un habitante de su reinado: “bebed esto, es mi Aliento sagrado”.

Asistimos a esa celebración de la Belleza portando en las manos los pedazos de la razón quebrada, y sólo el amor quedó en el espíritu para poder decir que, en aquellos momentos, la verdad había sido liberada.

Esa Belleza vino a bendecirnos, a consagrarnos, a despertarnos... Y así, arrebatados por la Belleza que fulguraba en todo lo creado, llegamos al crepúsculo, y las nubes nos taparon. Como un vapor ascendimos a la cumbre y como un vapor descendimos al collado. Entonces, las nubes se hicieron un roto y entre ellas pudimos vislumbrar un enorme sol anaranjado... Un beso, un último beso le pedimos a la Diosa para poder contemplarlo... Y Ella, sin ningún tapujo, hundió su divina lengua en nuestra leve boca, y nos ofreció el Amor que siempre fuimos y siempre seremos, antes del primer fulgor y más allá del último ocaso.

El cielo se abrió y nuestros ojos se colmaron de divinos destellos... Mareas de púrpura y granate, de ámbar y escarlata, anegaban toda la extensión del ancho cielo... La Diosa difundía su sonrisa en hebras luminosas, para que nosotros, fugaces humanos, diéramos testimonio de todo lo hermoso y lo supremo.

Divinos colores, divinos fulgores, divinos destellos... Eso es lo que guardaba la Diosa en su beso... Un beso en lo profundo del alma, y en el corazón, un sello.

La estampa indeleble de su Divina Presencia, para recordarme en el retorno del olvido y de la ausencia... Un pedernal para prender la antorcha cuando la oscuridad regresara a los ojos... Una baliza en el océano del mundo, para rescatarme a todo lo sagrado y numinoso.

Y llegó la noche envuelta en una densa y fría niebla, así que juntamos unos leños y pronto nos vimos acurrucados al abrigo de una hoguera. Allí, frente al fuego sagrado, le entregamos al silencio todo lo vivido para que fuera suavemente decantado... Nos silenciamos, nos posamos... Y finalmente conjuramos a Morfeo para entregarnos a la paz de los ojos y al dulce desmayo.

ENCUENTRO CON LOS ABUELOS

CAMINO ROJO. TIERRA DE GREDOS (Guisando. Otoño 2010)

UN CÁLIDO OTOÑO ME LLEVÓ A PARTICIPAR en mi primera ceremonia chamánica con la comunidad Tierra de Gredos. Como se dice en Casablanca, “*era el principio de una hermosa amistad*”. Desde entonces, los encuentros con diversas corrientes chamánicas nativo americanas, en este refugio de Gredos, se ha ido dando de manera natural.

En esta primera ocasión se trataba de una ceremonia del Camino Rojo de la tradición Lakota. Era la primera vez que compartía ceremonia con un grupo y era guiado por un chamán (la “*sangha* chamánica” y el “hombre-medicina”, como también se podría considerar).

Tengo que confesar que, antes de la ceremonia, la primera impresión al cruzarme con el chamán de “paisano” fue una especie de “*bueno, no es tan especial*”. Tras la ceremonia, sin embargo, comprendí nítidamente como esta figura era crucial para el desarrollo y el sostén de la misma, es más, sin chamán, no había ceremonia; hacía falta esa “presencia” para guiar tácitamente todo este peregrinaje por los mundos “invisibles” (energético, psíquico y espiritual). El chamán, esta presencia, no interviene (si no es estrictamente necesario) en el proceso de

cada cual... Bueno, no interviene físicamente... En su presencia, discreta y silenciosa, se siente su guía y acompañamiento, su atención serena desplegada de manera natural... Por lo general permanece silencioso, y en ciertos momentos marca las fases, dirige los ícaros y ofrece alguna señal.

Con respecto a la experiencia grupal, aunque inicialmente todo viaje es profundamente íntimo e intransferible, la sensación de comunión espiritual entre todos los viajeros es profunda y muy sensible. El grupo, efectivamente, es como una “caja de resonancia”, y como un “teatro mágico”, donde cada cual aporta su propia música y representa su papel particular; el tipi es el teatro, y cada uno de nosotros es una representación única e irrepetible de una misma Conciencia impersonal.

En cuanto a los elementos rituales de la ceremonia, desde el principio me resonaron naturalmente; sí, estar allí, participar de esos elementos rituales, era bonito para mí. El tipi, la hoguera, los ícaros y cantos, la sonaja con plumas de pájaro y piel de lagarto, los copales, los trajes tradicionales, los diversos rituales con los elementales (tierra, agua, fuego y aire), una profunda resonancia con este folklore formidable.

Y la medicina... En esta ocasión, se trataba de una combinación de varias plantas sagradas; el cactus, el hongo y la liana. El cactus San Pedro lleva la sangre de la mescalina, el hongo *Psilocybe* mexicano la sangre de la psilocibina, y la Ayahuasca (combinación de dos plantas, la liana *Banisteropsis Caapi* y la Chacruna) la sangre de la dimetilriptamina.

El Abuelo San Pedro, el Abuelo Hongo y la Abuela Ayahuasca, nos llevarían de la mano, y del alma, por cada una de las fases de esta ceremonia sagrada.

70 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Aunque todas las plantas sagradas son plantas de poder y plantas maestras, podría decirse que la Ayahuasca o Yagé (“liana de las almas”) es la medicina maestra por excelencia. Así es reconocida por la tradición chamánica, y así está siendo reconocida por el mundo de la ciencia en la actualidad; el potencial de expansión de la consciencia promovida por la DMT (dimetiltriptamina) es tan inmenso y misterioso que se le ha venido a llamar la “molécula espiritual”.

Estaba un día sentado Jesús el Cristo y de repente arrancó uno de sus cabellos y decidió darnos un presente.

Sembró su cabello en una tierra fértil y nació de éste una planta; la planta sagrada por excelencia. Ayahuasca.

Y vio Jesús que era perfecta para su obra, la preparó, la cocinó y la tomó. Y al tomarla se embriagó y vio que era perfecta para su obra.

Y se dijo para sí mismo: “esta es una de las formas en que le puedo mostrar a mis hermanos el gran Reino de mi Padre”.

Desde entonces este presente ha pasado de generación en generación como camino para el despertar de la consciencia humana.

[Anónimo]

EL ABUELO SAN PEDRO. LA VISIÓN. LA COMPRENSIÓN

Si te comprendes a ti mismo lo comprendes todo.

Si te respetas a ti mismo lo respetas todo.

Si te amas a ti mismo lo amas todo.

Tu microcosmos es un reflejo del macrocosmos.

Lo que navega en mí, es Lo mismo que navega en Todo.

Tras la presentación, unas primeras oraciones, y la toma del zumo de San Pedro, todos los participantes nos recogimos en silencio.

*Sentado en zazen, cierro los ojos, y me adentro en el misterio...
En el silencio de la noche, tan solo el crepitar de la hoguera, y el canto del mochuelo, murmura en el ensueño...*

En un momento dado, una profunda sensación de agobio comenzó a aflorar en mi interior... Empecé a sentir como la ropa que llevaba literalmente me asfixiaba... Era la ropa, pero sobre todo era *algo* que me pesaba en el alma (más tarde comprendí que era el ego lo que verdaderamente me asfixiaba). Al poco, esta sensación ya era un malestar angustioso y opresivo, y finalmente se hizo tan insoportable que sentí que la forma de liberarme de eso era desnudándome y tirándome al fuego como único alivio.

Tenía la lucidez necesaria como para saber que no me iba a tirar a la hoguera, pero al menos –pensé–, la ropa, todo lo que me recubría, podía quemarlo a modo de acto psicomágico... Y, aun así, algo me refrenaba... Había lucidez (consideraba el peligro de tirar la ropa a la hoguera dentro del tipi), pero también estaba el ego que vociferaba: “*si tiro la camisa al fuego, ¿que van a pensar de mí los demás!*”. Claro, también estaba el miedo a lesionar mi imagen, de exponerme y dar “el cante”, y, aun así, sentía la imperiosa necesidad de quemarme.

De repente –no podía más– me quité la camisa, la doblé de manera meticulosa, y la metí cuidadosamente en un hueco dentro de la hoguera...

*Al momento, la exaltación, “¡no, nooo!”, uno de los guías (el guardián del fuego) salta inmediatamente y la saca del fuego...
El chamán únicamente observa...*

72 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

[El guardián del fuego se encarga durante toda la noche de cuidar del fuego, para terminar dando forma con sus brasas a un gran pájaro incandescente].

Es un momento muy tenso, la sombra aflora en forma de culpa e intensa vergüenza... Como es natural, el ego se siente el centro de todas las miradas, que por supuesto percibe -sobre todo en el guardián- una dura mirada de reproche; “¡pero como te atreves a profanar este fuego y esta ceremonia sagrada!”.

La espada del juicio, el ridículo y el escarnio, la imagen lacerada, la culpa y la vergüenza como una tormenta desatada... Todo eso salía, ¡era tan duro desnudarse y rendir la imagen! Pero el Abuelo ya se había diluido por mi sangre, y su luz, y su fuerza, me permitían entregarme.

Una vez más, la salida al sufrimiento era la entrega, la rendición, y una sublime confianza alentando desde el profundo corazón.

Alguien sacó la camisa chamuscada fuera del tipi, y yo, aun rendido, seguía necesitando quemarme... Yo no me iba a tirar a la hoguera, y la camisa la habían sacado prematuramente del fuego, pero necesitaba quemarme *imperiosamente*, calcinarme y no dejar ni rastro... Entonces rogué al Abuelo, pedí claridad, una posible solución, un gran *¡qué hacer por favor!*

“Quémate en tu interior, que arda tu corazón”. Eso fue lo que el Abuelo amorosamente respondió.

Entonces, recordé esa meditación tibetana en la que uno empieza arder hasta consumirse, y eso hice... Rendido, sentado, empecé a consumirme en el fuego sagrado... El crepitar de la hoguera sucedía en mi interior, el humo y el calor eran los de mi propia incineración... Crepitaba y me consumía entre las llamas, y en ese consumirme, me liberaba...

Entonces Yuri (el chamán), en un momento de silencio, preguntó en un susurro certero: *“si ahora alguien quiere decir algo, soltar algo, que lo haga, es un buen momento”*. Y yo lo sentí como si me lo estuviera a mí diciendo: *“tenía que hacerlo, tenía que hacerlo... Me pesa tanto el ego, me pesa tanto... Lo siento, lo siento”*.

Tras decir esto, vuelta al silencio... Y, al momento, sentí como empezó a acumularse una flema en mi garganta, hasta tal punto que me resultó imposible contenerla, o la escupía o directamente iba a vomitarla... Y entonces claro, la misma cantinela, en mitad del silencio iba a dar “el cante” gruñendo desde la garganta y escupiendo en esa atmósfera ceremonial... Sí, era una nueva oleada del mismo miedo del ego, *“si escupo ahora, ¿qué pensarán de mí los demás!”*. Pero ahora había otra consciencia... Al darme cuenta, junté las manos y, sobre las palmas ahuecadas, escupí la flema... Serenamente, comencé a amasarla entre los dedos, a deshacerla, a mezclarla con el polvo y con la tierra... Ahora me sentía tan tranquilo y aliviado... Sí, ese escupitajo me liberó... El escupitajo (como todo en esa noche) lo viví como un poderoso acto psicomágico.



La medicina me hacía ver todos estos movimientos psicológicos con cristalina transparencia, de alguna manera, todo se reconocía –directa y espontáneamente– según surgía en la consciencia.

Había visto y comprendido la dinámica del ego, la estructura de la **sombra** y de la **imagen psicológica**. Había visto -y encarnado- sus mecanismos de defensa, y también había reconocido como detrás de esta imagen que hemos creado para “protegernos”, está la búsqueda de aprobación, como reflejo de una profunda y secreta búsqueda de Amor.

74 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

La búsqueda de aprobación es el reflejo de una profunda búsqueda de Amor. Todo el mundo está buscando Eso, pero la mayoría lo está buscando en el lugar equivocado; lo estamos buscando fuera de nosotros mismos, sin darnos cuenta de que el Amor es en nuestro interior; ya somos el Amor. Este “despiste” fundamental hace que nos instalemos en la imagen que nos hace sentir queridos y aceptados, y también, genera el miedo permanente al “qué dirán”, al “qué pensarán de mí los demás”, el miedo a sentirnos censurados, criticados o juzgados, en definitiva, el miedo a perder la aprobación de los demás... De ahí ese continuo fingir y esa continua tensión que no nos permite relajarnos ni relacionarnos con autenticidad... Este fingimiento puede ser desmoronado en cualquier momento, por eso hemos desarrollado desde las más burdas hasta las más sutiles maneras de defendernos; cuando el ego teme ser juzgado, se defiende, ¿qué otra cosa podría hacer? Por eso, es necesario un inmenso coraje, la fuerza para tirar el escudo y exponernos, para sentirnos vulnerables, para renunciar a la droga de la aprobación y rendir la imagen. En eso consiste la valentía, y por eso se dice que “para amar hay que arriesgarse”.

También había visto la condena que me imponía a mí mismo por vivir en el ego (apegado a una imagen), por dormirme, por identificarme, por confundirme, por olvidarme. Vi la culpa original, y también la censura secreta del “ego espiritual”.

Pude ver claramente el conflicto remoto entre el “mago” (que miraba hacia el cielo) y el “guerrero” (que miraba hacia la tierra). Durante mucho tiempo había censurado al mago y me había identificado con el guerrero, ahora, en este momento de mi vida, el juego consistía en identificarme con el mago y censurar al guerrero... El mismo viejo dualismo, el mismo viejo juego... Sí, comprender ya comprendía como era la dinámica del juego, sin

embargo, la desatención y el conflicto todavía continuaban alimentando los juegos del ego... Más aun, ahora el juego consistía en buscar el “despertar espiritual”, lo que me sumía más profundamente en ese terreno pantanoso del ego espiritual. Había visto todo esto y, finalmente, se había traslucido que el ego (en todas sus formas y apariencias) solo era eso, una imagen, un espejismo, una estela de vapor, una ilusión... Y en este simple reconocimiento, surgió naturalmente el perdón y la compasión.

La Medicina revela lo que ya somos en esencia; la Comprensión y la Compasión, la Sabiduría y el Amor.

“Lo hemos olvidado, lo hemos olvidado...” Era el mantra que se repetía entre compungido y liberado.

Así fue como el Abuelo San Pedro despejó la bruma de mis ojos y alivió la carga de mi corazón. Y así fue como se me mostró la paradoja de la sombra; la que parecía ser una enemiga se convirtió en una aliada del despertar. Comenzaba a comprender que todo forma parte de un mismo juego divino en el seno de la Totalidad.

ABUELA AYAHUASCA. LA DEVOCIÓN. LA COMPASIÓN

Tras ese encuentro con la sombra llegó el momento de la toma de Ayahuasca. Era mi primer encuentro con la Abuela, y puedo decir que desde entonces ha vertido sobre mí todas sus bendiciones y bienaventuranzas.

La Abuela me expandió hacia un estado de profunda Devoción, una apertura inmensa por donde se derramaba inagotable gratitud y la dichosa bendición del Corazón.

76 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Un nuevo encuentro con lo Femenino, con la Naturaleza, con la Madre, con la Diosa, donde también se me mostró la escisión original y la eterna búsqueda por reconciliarme. En un profundo “darse cuenta” se ordenaron naturalmente todas las piezas del rompecabezas, desde el conflicto con mi madre hasta el apasionamiento por la naturaleza, la nutrición, la sexualidad, la sensibilidad, las relaciones de pareja... Todo, sin ningún esfuerzo, se me mostraba y se integraba de forma natural, en una amorosa certeza.

Todo se ordenaba, se integraba, se transformaba... Esta energía de transformación era tan penetrante y tan intensa que incluso se podía sentir una transformación genética, en los átomos y en las moléculas; sí, podía percibir claramente esta “aceleración atómica”, este zumbido o vibración transformadora en todo mi campo de energía y de consciencia, y el arquetipo que aparecía para evocar todo esto era el colibrí... Un tótem tan poderoso, tan hermoso... Sí, ese zumbido del colibrí repercutía fuertemente en mí... Esta aceleración vibratoria era lo que mantenía, precisamente, el equilibrio perfecto del vuelo del colibrí.

Descubrí la relación y el intenso juego con la Madre, y descubrí que detrás de todo siempre hubo un impulso secreto para que lo femenino y lo masculino un día se encontrasen. Todo estaba predestinado para el Encuentro. La danza extrema entre femenino y masculino, entre el mago y el guerrero, entre la tierra y el cielo, entre la presencia y la vulnerabilidad, formaba parte de ese viaje misterioso hacia el reconocimiento de ser en lo Esencial.

Sí, finalmente hubo comprensión; este yin-yang interior es lo que tenía que encontrarse y abrazarse en nuestro corazón.

No es posible decir nada preciso sobre todo esto, se vive con una certeza absoluta, pero no se puede explicar... Simplemente sucede... Sucede y sabes que es verdad, sabes que No-Dos es la única realidad; eres, sin esfuerzo alguno, Eso que es más allá de la dualidad.



Tras la introspección y este recordatorio inolvidable llegó el momento de la celebración, del éxtasis... La Abuelita era la Maestra de la Naturaleza, que nos ofrecía sus enseñanzas a través de la Danza de los Elementales... El encuentro amoroso con el Fuego, con la Tierra, con el Agua, con el Aire... Y con el Éter que brindaba su vientre espacioso para que los Maestros se encontrasen y danzasen.

Sí, era la Fiesta de los Elementales, un celebrar la Fuerza conmovedora de la Vida, un fluir y una perenne sincronía, plena de sentido y maravilla.

Recuerdo inclinarme y posar las manos en la tierra, acariciarla como a la piel de la Bienamada, agradecerle conmovido y humedecerla con mis lágrimas... Y recuerdo como las manos se fundían, a través de luminiscentes corrientes de energía, con esta tierra amada y bendecida.

Recuerdo el amor por el agüita, como borboteaba al ser escanciada sobre el cubo de madera, y como cantaba a través del “pajarito” de agua... Ese canto que en verdad era un sortilegio para llevarnos tiernamente hacia la hondura del silencio... Y recuerdo ese momento cumbre cuando –tras largas horas sin beber– bebimos el agua ayudándonos de la geoda... Bebíamos, pero lo cierto es que era el agua la que nos bebía... Pura sed de Vida, Vida saciada en la Vida... Ahhh... (Apenas fútiles palabras –como cáscaras sin semilla– quedan para señalar hacia el Misterio de la Vida).

78 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Recuerdo el amor hacia las plantas, hacia los animales, y hacia toda forma de vida... Y también sobre los seres humanos se vertía esa mirada compasiva, *“los seres humanos también somos Uno con la Totalidad de la Vida”*. Aunque esta naturaleza “humanizada” hubiera caído en una existencia egoísta, separativa y destructiva, no estábamos separados... La naturaleza, los seres humanos, no estábamos separados... Por eso se repetía: *“lo hemos olvidado, lo hemos olvidado”*.

La Abuelita me mostró que todo lo que la Naturaleza nos brinda es sagrado, que todo merece nuestra devoción y nuestro cuidado... Me hizo sentir agradecido, bendecido e infinitamente amado... Me hizo sentir humilde y a la vez empoderado... Y también surgía esa oración para que todos los seres encuentren su luz y su fuerza, para que todos compartamos en un mundo liberado.



Por la mañana, cuando los dedos rosados de la aurora acariciaban el cielo, desplegándose en mil suertes de destellos, la Diosa apareció adoptando una forma humana encarnada... De manera inesperada, se abrió la puerta del tipi y apareció como por magia la chamana... Recuerdo cuando el sol entró por la puerta del tipi y la iluminó, con esa luz clara que traía consigo el resplandor de los castaños esmeralda... Era un símbolo encarnado de aquella mañana virginal, tan fresca y renovada... Y también recuerdo como nos hablaba, con esa voz de Madre cargada de amor en cada palabra.

Después, hablé con la Diosa, lo necesitaba... Necesitaba el perdón, la absolución... Ella, con esa mirada pura, con esa sonrisa

de ternura, suavemente pronunció: “*no hay nada que perdonar, todo está bien como es, todo está bien como está... Mira en tu corazón, observa si hay algo que tú necesites perdonarte o perdonar a los demás... Siempre puedes elegir entre juzgar o perdonar*”.

Sí, al escuchar a la Diosa, y al Hombre-Medicina, sentía como si estuviera escuchando la voz de Eso, traducida a través del arquetipo del Maestro. Claro, sabía que no era una persona la que se expresaba, esa persona solo era un cauce para el Agua Clara... El Agua fluía de su garganta, así como la Música suena a través de la flauta.

Era la voz del Tao, la voz de la Sabiduría, la voz del Maestro... Después, esta impresión lo abarcó todo, cada palabra, cada mensaje, cada metáfora, cada detalle, manaba desde Eso.

El Maestro estaba en todo. Todo era el Maestro. El Maestro era Yo.

Me di cuenta como lo que se decía resonaba y despertaba la verdad en mí corazón... El Maestro estaba en el habla, pero sobre todo en la escucha... En esa escucha, cada palabra era un despertador... Cada palabra era como una gota de agua agitando la memoria del Profundo Corazón.

El sabio, el maestro, utiliza la mente con Eso detrás, de ese modo puede evocar la no-dualidad a través de palabras duales, puede inspirar la fragancia de lo Único a través de la paradoja y los contrastes.

El maestro no es una “persona”, a la que tampoco es necesario adorar o idealizar. Se trata de “escuchar”, no de “adorar” a nadie en particular. Si te silencias, si escuchas verdaderamente, podrás reconocer cuando te está hablando una persona, o cuando te habla “algo” que está más allá, algo que se sirve de esa persona para comunicar.

80 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Escucha cuidadosamente cómo estas palabras resuenan en tu interior, observa si para ti tienen sentido, si en lo profundo conoces ese “sabor”, si lo que se dice está tocando tu corazón.

De alguna manera, lo sabes, sabes si lo que se dice viene de una persona o de algún otro lugar, sabes si, en verdad, estás escuchando tu propia Voz resonar.

¡Atención!, podemos encontrar al Maestro con cualquier apariencia y en cualquier lugar. ¿Quién te iba a decir que el Maestro se iba a presentar como el osito Winny Depoo (Yuri, el Hombre-Medicina)? ¡Jajaja!



La medicina me hizo recordar estas semillas de Nisargadatta:

En la naturaleza del ser está ver aventura en el devenir, al igual que en la naturaleza del devenir está el buscar paz en el ser. Esta alternancia entre el ser y el devenir es inevitable; pero mi hogar está más allá de ambos.

El Abuelo San Pedro me habló del Cielo (ir más allá de la imagen y las formas, amar la paz del ser) y la Abuelita Ayahuasca me habló de la Tierra (amar toda forma de energía y existencia desplegándose en el devenir de la naturaleza). Y siempre, detrás de todo, esa poderosa energía integradora, ese impulso inexorable hacia la reconciliación y la revelación en el No-Dos.

El Cielo está quieto. La Tierra se mueve. Así se simple es la verdad.

No-Dos es la única realidad.

ABUELO HONGO. LA SABIDURÍA OLVIDADA

La luz de la mañana trajo consigo una nueva fuerza de ícaros y cantos. De alguna manera salíamos del divino ensueño en la intimidad, y ahora la fuerza del grupo cobraba relevancia.

Nos incorporamos y formamos un anillo humano... Una gran mazorca cargada de hongos (a modo de enorme cigarro) sería el testigo para que cada cual ofreciera su oración... Fumábamos, y abríamos el corazón.

Oraciones por los ancestros, por la familia cercana (el llanto conmovido por la madre, por el padre y por la hermana) y por la familia humana... Oraciones al Gran Espíritu y a la Gran Madre Gaia... Oraciones al Gran Misterio... Oraciones de Gratitude, de Concordia y Confianza.

***Sol de mi corazón, ilumina con todo tu amor,
Eres un reflector que envía una señal,
En toda dirección, en toda dimensión.
Amor universal, Amor incondicional.***

***Sol de mi corazón, ilumina con todo tu amor,
Ilumina este lugar, y todo el campo, y la ciudad,
Ilumina el planeta, y su corazón cristal,
Para formar, el arcoiris circumpolar.***

***Sol de mi corazón, ilumina con todo tu amor,
Ilumina la luna, y júpiter y marte,
Y lo que queda de Maldek, y todo el sistema solar,
Y las Pléyades, y la galaxia de la Vía Láctea,
Y todo el universo,***

***Y universos paralelos,
Y todos, todos los tiempos.***

***Sol de mi corazón, ilumina con todo tu amor.
Amor universal, Amor incondicional.***

***Oh Gran Espíritu,
Taita Dios, que sale del Sol, de mi Corazón,
En toda dirección, en toda dimensión.***

***Sol de mi corazón, ilumina con todo tu amor.
Todo el planeta unido en una meditación,
Todo el planeta unido en una Canción.
[Ícaro Sol de mi Corazón]***

***Ábrete corazón,
Ábrete sentimiento,
Ábrete entendimiento,
Deja a un lado la razón,
Y deja brillar al sol,
Escondido en tu interior.***

***Ábrete, memoria antigua,
Escondida en la tierra,
En las plantas,
Bajo el fuego,
Bajo el agua.***

***Ábrete corazón,
Es tiempo ya, ya es ahora,
Ábrete corazón, y recuerda,
Cómo el espíritu cura,
Cómo el amor sana,
Cómo el árbol florece,
Y la vida perdura.***

**Que para llegar a Dios,
Hay que aprender a ser humano.
[Ícaro Ábrete Corazón]**

Oraciones, ícaros y cantos...

Amor, fuerza y alegría...

Con el último canto, se dio por terminada la ceremonia, bueno, la ceremonia formal... Ahora tocaba “fluir con la magia del momento”, tocaba soltarse y dejarse llevar.



Por mi parte, salí fuera del tipi a saludar al sol y a recibir la caricia de la mañana... La medicina todavía estaba muy presente, todo tenía un poso contemplativo, sosegado y fluido, así que tomé asiento en un baúl de madera que había por allí para sentarme a contemplar... Al sentarme, me di cuenta de que estaba sentado sobre algo, me levanté de nuevo, y vi que me había sentado sobre mi camisa chamuscada... ¡Menuda carcajada! ¡La sincronía era tan directa, tan clara!

*No se trata de quemar el ego, sino de sentarte encima de él...
¡Jajajá! Hoy por hoy, así es como es, y así es como tiene que ser.*

Sentado en silencio contemplaba maravillado la continua sincronía de la vida...

Hasta las ramas de los árboles se mueven sabiamente, ¡nada ocurre sin un motivo! Me llegaba la voz de Consuelo Martín susurrando en la lejanía.

***Nada es “casualidad”; siempre y en todo, una profunda Providencia.
¿Cómo podría haber algo de casual en este mundo proyectado por la Divina Inteligencia?***

84 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Sí, contemplaba extasiado esa Inteligencia que en secreto hilvana cada hilo del destino y cada trazo de existencia... Y también me daba cuenta del poder de la sencillez... De su profunda coherencia, de su inocente lucidez... En esta sencillez me daba cuenta de la inmediatez de “lo que es”.

Sencillez, espontaneidad y naturalidad, donde todo sucede y se comprende por sí mismo, sin rastro de esfuerzo, control o voluntad.

Durante toda la ceremonia (ahora me daba cuenta), en las palabras y oraciones, en los ícaros y cantos mágicos, se expresaba esta sencillez... Sí, de alguna manera, toda la ceremonia se desplegaba a través de “juegos y canciones de niños”, y yo siento que en eso fundamentalmente radicaba su poder; esta sencillez en el mensaje permitía que impactase en lo más profundo de mi ser.

***Soy un niño salvaje, inocente, libre, silvestre,
Tengo todas las edades, mis abuelos viven en mí.
Soy hermano de las nubes, sólo se compartir,
Sé que todo es de todos, y que todo está vivo en mí.
Mi corazón es una estrella, soy un hijo de la tierra,
Viajo a bordo de mi espíritu y camino a la Eternidad.
[Ícaro tradicional]***

Repercutían las palabras, pero también las imágenes, los símbolos y arquetipos de poder... Mensajes primordiales que impactaban en la psique, en mi forma de ver y comprender.

Toda la ceremonia era un gran acto psicomágico, y esta sencillez es lo que permitía la fértil siembra en las honduras de mi ser.



También recuerdo como, sentado en el baúl, mientras saboreaba una manzana, de repente sentí un bocado correoso y amargo, que resultó ser la carne de un gusano. Sin embargo, esa sensación *desagradable* no se separaba de lo *agradable*... No había reacción, ni preferencia... *Dulce y amargo* eran dos contrastes dentro de un mismo flujo de experiencia, pero no era necesario crear una división en la consciencia.

Esta ecuanimidad era la clave para no dividir, ni dividirnos... Para ser uno en la totalidad de la experiencia.

Esta ecuanimidad, esta consciencia-sin-elección de la que hablaba Krishnamurti, era lo que esencialmente la medicina revelaba, en el corazón y en la mirada... Una ecuanimidad que terminaba imponiéndose sobre todas las cosas, sobre cualquier fenómeno, percepción o aparición, exterior o interior; en el encuentro con la sombra o en el éxtasis esta consciencia aparecía para recordar lo esencial: *“todo está bien como es, descansa en el corazón”*.



Seguía sentado, recibiendo la bendición de la mañana, contemplaba...

Recuerdo ese momento, mientras contemplaba extasiado, cuando alguien pasó delante de mí estelando una especie de plasma iridiscente... En ese momento, el asombro hizo brillar mis ojos como los de un niño inocente... Ahí estaba ese mundo mágico, extrasensorial, que fluye más allá de los sentidos y el horizonte racional... Ahí estaba ese plasma, ese aura o emisión pránica, y era tan vívida, tan cierta, y a la vez tan conmovedoramente enigmática.

Luego lo vi en las plantas, en las piedras, en los árboles, ¡todo vibraba en ese plasma fulgurante!

86 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

En un momento dado, la comprensión me atravesó como un relámpago; todo flotaba en ese plasma o flujo energético, y todas las formas, todos los seres y objetos concretos, eran como los “grumos” de ese caldo energético... Las piedras, las plantas, las personas... Todo era una condensación de Eso.

Vi como esa energía era Una con la totalidad de la Vida... Todo vibraba en un mismo *campo de energía*, que todo lo ocupaba y donde todo aparecía... De este campo emergían formas sutiles y fluidas que, en un proceso de densificación, terminaban adoptando las formas del mundo físico con el que interactuamos cada día.

¿Cuál es la diferencia entre el espacio, el vapor, el agua y el hielo? La única diferencia es la densidad (frecuencia y vibración en lo esencial).

El vapor que flota, el agua que fluye, la forma de hielo sólida y concreta, son solo formas condensadas del espacio, de la Vacuidad fundamental.

Esta Vacuidad es infinita potencialidad, vertiéndose dichosamente en esta divina proyección multidimensional.

Esta Vacuidad es una Plenitud, eso es lo esencial a recordar.

Embebido de esta visión, de repente me vino el momento de la ceremonia para cerrar y capitular; cuando el cigarro-mazorca relleno de hongos llegó a mí, no sabía que expresar... Y entonces surgió de manera natural:

Siento que he vivido la Magia... Y la Magia no puede expresarse en palabras. Este silencio es mi oración... Gracias, Gracias, Gracias.

Claro, la Magia no puede expresarse en palabras, esto mismo termina con la Magia...

El Tao que puede expresarse no es el Tao verdadero.

El que habla no sabe... El que sabe no habla.

Me di cuenta de la imposibilidad de expresar en palabras lo Inefable, la futilidad de tratar de nombrar lo Innombrable. En ese preciso momento, un joven mexicano salió del tipi y se sentó a mi lado... “No, el Tao no puede expresarse con palabras...” Dijo con una sonrisa traviesa y enigmática... Claro, ¡a esas alturas ya no me sorprendía la conexión telepática!

Y así se consumó la ceremonia, en un Silencio pleno, y en un vivir la Magia; un ser con “lo que es”, ausente de mente, de conceptos y palabras.

UNA RESACA LUMINOSA

Y después, vino la resaca... Una resaca como nunca había vivido, una “resaca luminosa” plena de fuerza, de luz y de sentido.

Después quedó la ligereza, la claridad, el *prana* rico y chispeante... Después todo quedó suave... Podría decir que todos los niveles de mi ser fueron nutridos de una energía-consciencia vivificadora y revitalizante.

Después la gratitud, la armonía, la paz.

Después el propósito y la voluntad por “recordar”.

Después, la carta del Tarot Zen: “Humor”.

Nunca trates de enseñar a un cerdo a cantar. Perderás tu tiempo y fastidiarás al cerdo.

88 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Si siente deseos de compartir lo que usted ha descubierto y le arde muy dentro, respire profundamente y observe como su ejemplo cotidiano habla más elocuentemente que sus palabras.

Después, aunque sabía que “*el Tao que puede expresarse no es el Tao verdadero*”, y que la verdadera elocuencia está en el ejemplo, sentí la necesidad de poner palabras a todo lo vivido y revelado (una energía de expresión y comunicación que, en verdad, siempre me ha acompañado).

¿Para qué tratar de expresar en palabras lo Inefable?

El propósito de la palabra es despertar en nosotros Eso inefable hacia lo que señala.

La palabra es un “despertador”. Un dardo en el Profundo Corazón.

Y sí, después del éxtasis, la colada... Ahora tocaba esa “vuelta al mercado” que tanto se menciona en la tradición espiritual, y de ahí esa última señal: “*atención al retorno de la consciencia ordinaria, a esas formas conocidas de la vida y de la personalidad; atención para vivir un aterrizaje dulce, atención a desapegarse, a relajarse y aceptar*”.

Si eres incapaz de encontrar la verdad justo donde estás, ¿dónde esperas encontrarla?

[Dogen]

LAS CUATRO ESTACIONES DEL ALMA

ENCUENTROS ENTRE EL ESPÍRITU Y LA NATURALEZA (Sierra de Guadarrama. 2012-2013)

EL SOLSTICIO DE VERANO DEL 2012 dio comienzo a una serie de ceremonias en la amada tierra de la Sierra de Guadarrama, hogar para este cuerpo y patria natural de esta particular forma humana. Una cordillera con la energía de los cristales de granito, con el aroma del piorno y del pino silvestre, con la música de las gargantas de agua, y con los espíritus totémicos del buitre leonado, la salamandra y la cabra hispánica.

Sí, en esta tierra amada, testigo de las primeras andanzas, tuve a bien celebrar una serie de ceremonias a través de los solsticios y los equinoccios con el Abuelo Hongo; era un entregarse a la energía de las estaciones y los elementales, guiado por los espíritus de la montaña, del bosque y de los manantiales.

Era, sencillamente, una serie de ceremonias para celebrar la vida, la consciencia y el amor. Un encuentro solitario donde Medicina, Naturaleza y Meditación, se hermanaban en una misma práctica de Corazón.

VERANO

El Espíritu del Bosque

ES TEMPRANO, LA MEDITACIÓN DESPIERTA al profundo corazón.

Cuando abro los ojos, todo es como es, pura bendición.

Me levanto, saludo, y escucho una voz en mi interior: **“ven a mí, ven...”**. Es el Espíritu del Bosque, la voz del Abuelo.

Antes de adentrarme en el bosque, cierro los ojos, los pies se anclan como raíces en la tierra, una esbelta vertical se eleva rebasando la cabeza... Respiro, soy respirado por esta bendita naturaleza.

Abro los ojos y aparecen los “gigantes de cuello naranja”*, bailando sobre un mar de helechos esmeralda.

Hoy, traigo la tristeza al bosque, él quería que viniera a entregársela.

El bosque me da la bienvenida, comienzo a caminar... Siento el calor del cuerpo, su fluidez, su vitalidad... Cada paso es el único paso... La respiración y el caminar es un mismo ritmo, un mismo latido atemporal.

Llego al collado de Marichiva y comienzo el descenso por el bosque encantado... Encuentro una pradera herbosa, rodeada de antiguos centinelas... Este es el lugar... Aquí, la comunión con el

**En alusión a los pinos silvestres, caracterizados por su corteza anaranjada en su parte más alta.*

Abuelo Hongo, la ceremonia de la entrega, y una apertura incondicional.

Tras la ceremonia continuó caminando por el bosque mágico; sí, hay algo “especial”, incluso mitológico, en este lugar... El Espíritu del Bosque me acaricia con la brisa y me murmura entre las ramas... Me siento íntimamente acogido y profundamente inspirado mientras atravieso el “umbral”.

El camino me lleva a la base de la montaña, la Mujer Muerta, precisamente... ¿Dónde sino iba a entregar el duelo que vivo en este momento de mi vida? Sí, ya estaba cruzando al “otro lado”, al mundo de la magia y la profunda sincronía.

Sigo caminando, al compás de la respiración y cada paso, y entonces, súbitamente, se abre el "portal"; de manera fulminante la energía se va del cuerpo y se libera hacia el espacio, hay una fuga inmensa y el cuerpo se vuelve pesado, necesita parar... Descubro el lago secreto y, en una fugaz mirada, encuentro la orilla que me ha de cobijar.

La energía se eleva de manera vertiginosa, apenas me siento, me descalzo, y al momento me desborda... Tengo que abrir la boca para suspirar y liberar, ¡ahhhh! En cada exhalación un suspiro de mayor profundidad, ¡ahhhh! Las lágrimas brotan abundantes y un nudo de tristeza es liberado... El agua fluye de los ojos como un torrente hacia el lago, que las recibe en su seno espacioso y aquietado.

Poco a poco la energía se libera, se sosiega... Y entonces, tras el fluir de esa tristeza, se revela la Belleza... No está “dentro”, ni está “fuera”, es lo que hace que el “dentro” y el “fuera” desaparezca. Es Lo que Es, sin ninguna escisión, división o diferencia. Es la Belleza en su divina transparencia.



Cierro los ojos, honda meditación... Apacible y delicadamente se manifiestan las misteriosas dimensiones de la mente... Psicodelia, mundos simbólicos y caleidoscópicos, *mandalas* y geometría sagrada... Una belleza tan ignota e insondable, tan delicada y tan vasta... Es maravilloso, formidable, pero asimismo comprendo que no necesito aferrarme.

Atravieso esos mundos, disfruto conmovido del despliegue de esta misteriosa y creativa Inteligencia... Y entonces, súbitamente, acontece el Amanecer de la Conciencia.

Amanece el Sol de la Conciencia; la Comprensión, la Compasión; la profundidad en la Visión, la espaciosidad del Corazón.

Veó cristalínamente... Amo con espontaneidad... Una Certeza plena, clara, radical... Surgen destellos, señales en lo atemporal:

Todo sucede por sí mismo. Todo sucede para bien.

Los mundos físicos, los mundos biológicos, los mundos psicológicos.

Todo sucede por sí mismo en la Totalidad de Lo Que Es.

Es un estado de revelación, sin separación con lo revelado... Es tan directo, tan claro...

La mente flota sobre Lo que Es como una niebla.

La mente vela Lo que Es.

La mente también sucede por sí misma.

La mente también es Lo que Es.

Abro los ojos y la Belleza se pone el Vestido del Mundo... La Belleza derramada en cada fibra de existencia.

En los ojos aparece el bosque, trepa por las laderas y amasa las nubes desde la arista cimera... La cabeza de la Mujer Muerta descansa sobre la almohada boscosa, y las abruptas pendientes acogen su melena de piedra.

Me levanto, me desnudo, y entro en el lago... Mis pies se hunden en el fango, mis piernas, sumergidas en el cristal... Mi torso y mis brazos abiertos a la brisa, mi cabeza es bendecida por una potente ráfaga solar... La tierra, el agua, el fuego, el aire y el éter, el espacio infinito donde todo es y resplandece... Florece un nenúfar para que el Cielo y la Tierra se fundan en el eterno Presente.

Soy lo que Soy, la Verdad del Espíritu, la Verdad de la Naturaleza.

Todo se desenvuelve en el Gran Útero, donde germina la Belleza.

Todo es fruto del Amor y la Divina Inteligencia.

Cierro los ojos y elevo el rostro al sol... Sí, elevo el rostro, pero el sol no es exterior, el sol irradia en mi interior... Al momento, sólo irradia... Sólo Luz clara y bienaventurada ... No hay espacio, no hay tiempo, no hay formas, no hay nada, sólo esa Luz clara revelada.

A Lo que Es, lo llamo Tao.

El Tao es Quietud, el Tao es Movimiento.

El Tao es Sonido, el Tao es Silencio.

El Tao es Lo Que Es.

¡Ahó Gran Misterio!



Abro los ojos... El sol cae sobre el lago y se estira en un destello reverberante... La brisa baila sobre su piel helada y miles de soles cintilan en la superficie ondulante... Sí, el lago también se estremece ante la verdad revelada en este instante.

De nuevo sentado en la orilla siguen llegando las señales:

No hay nada que hacer, ni nada que dejar de hacer.

Todo sucede por sí mismo, y sucede para bien.

Suelta el control sobre la vida, suelta el esfuerzo, confía.

Observa este devenir del mundo, bendice esta implosión de la consciencia espiritual; existe un gran secreto en agradecer y celebrar.

Todo es y todo fluye... Incluida toda esta actividad de la psique y la personalidad.

El deseo y la voluntad también suceden de manera natural. ¡Permite que fluya como todo lo demás!

El deseo es una expresión del Deseo.

La voluntad es una expresión de la Voluntad.

La Quietud es el origen de todo movimiento.

Hazlo sencillo y permite que suceda.



Ahora, algo me mueve... El sol declina y busca nuevos horizontes, alarga las sombras de los árboles y cubre el lago con un manto de sigilosa oscuridad. Es momento de regresar.

Me acerco a la orilla, junto mis manos en el pecho... La Devoción, el Silencio.

De nuevo en el camino, el Espíritu del Bosque fulgura como un misterio hermoso en la intimidad... Sólo hay caminar, Ananda, Belleza, Libertad.

En el collado, las vacas y los terneros se ven sorprendidos, me cantan sus canciones de medianoche y se levantan a saludar... Desde aquí, una pedrera plateada, a modo de vena luminaria, me marca el camino en la oscuridad.

Prosigo el descenso por el bosque frondoso, arriba a una pradera y, entre las sombras de los ojos, aparece el Maestro, en forma de árbol antiguo y poderoso... El gran tronco se eleva hasta a un nudo, donde se desdobra en dos gruesas guías verticales; ahora hay dos árboles; las ramas de cada uno acarician y abrazan al otro, claramente, es un romance.

El Maestro me muestra, sin una sola palabra, que todo es un Juego; todo este mundo no es otra cosa que un Juego de espejos y contrastes.

En algunos espejos nos gusta lo que vemos, en otros no nos gusta tanto; el reflejo que nos gusta genera apego; el reflejo que no nos gusta genera rechazo.

La dualidad surge al proyectarte; y esto marca el ritmo de este universo experiencial tan fascinante.

Todo son imágenes de Mí mismo, sólo estoy jugando. La esencia de la Creación son los contrastes.

Solo vemos en el otro lo que somos...

Te veo a ti, me veo a mí... Amándote, me amo...

96 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

En esta dimensión de las formas está el Amor y está el amor. Está la Comida y está el hambre. El hambre es la prueba inequívoca de la existencia de la Comida. El amor también es la prueba inequívoca del Amor.

Saludo al Maestro, y sigo caminando. En la penumbra, atravesando el jardín de helechos, se desenvuelve un silencio oceánico.

Todo nace del Deseo y acaba en la Paz... Se escucha la voz de Hiperión susurrar.

Todo movimiento retorna a la Quietud. Todo sonido retorna al Silencio.

Todo reposa en el Misterio.



Habiendo conocido el Amor, dejaré que todo siga su curso, seré dúctil como el viento, y aceptare todo lo que la vida me depare, con entereza... La vida nunca se equivoca... Mi corazón está tan abierto como el cielo.

[Kama Sutra]

OTOÑO

El Espíritu de los Elementales

LA MEDITACIÓN DE LA MAÑANA ES PROFUNDA. Salgo al mundo y el otoño me saluda.

Una mañana fresca, húmeda, reverberante... Las nubes recién descargadas esparcen sobre los campos sus redes de perlas diminutas, temblorosas y brillantes... Respiro el aire puro, y entonces me llega la señal: hoy es día de ritual.

La mañana me lleva hacia los valles de la Maliciosa (una montaña que, paradójicamente, irradia una fuerza afable y benefactora). Después de las lluvias intensas el bosque rezuma frescura y vitalidad, tras el verano una fiesta de agua y ámbar despierta a los elementales del lugar.

El otoño lo anega todo, su espíritu flota entre las ramas y extiende sus alfombras verdes, amarillas y naranjas.

Acebo, gayuba, escaramujo y demás frutos silvestres eclosionan y jugosamente encarnan, para disfrute de la fauna.

Líquenes y hongos desperezan con alegría, los helechos se desmayan al pulso del *eterno retorno* y la melancolía.

En el aire, la canción de los manantiales, y el aroma de la madera húmeda que se descompone en la tierra... Hay rumor de nueva vida, y hay entrega.

Sintiendo estos efluvios otoñales, me llega la señal para el ritual: ***“un encuentro con los elementales”***. Y también surge una imagen: ***“hongos amarillos brotando de los excrementos de las vacas”***.

98 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Camino hacia el valle oculto, camino dejándome encontrar... Ya he aprendido el truco; sólo caminar, *el lugar te lleva hacia el lugar*.

Subo por la escarpada, cerca del torrente, hacia la cuna del valle... Asciendo, algo me lleva hacia arriba, ahora alejándome del cauce.

Hacia arriba, hacia arriba...

Entre piornos, brezos y enebros rastreros, remonto la ladera del valle... Al fin llego a un remanso y, al momento, el corazón lo sabe: “*este es el lugar*”. Pero la mente no lo ve tan claro: “*no es especialmente singular*”. Sigo oteando, los ojos rastrean el entorno, me muevo para explorar, pero la mente sigue sin encontrar su lugar “especial”. Vuelvo hacia el remanso y entonces veo la señal: “*los hongos amarillos brotando de los excrementos de las vacas*”. El corazón siempre lo sabe, la sincronía intuitiva es su lenguaje natural.

Resguardado por una gran piedra coloco las mantas sobre la escasa pradera. Al sentarme, una quietud penetrante, su hondura se puede saborear... Junto las manos, *namaskar* abraza al Abuelo Hongo, agradece... Mastico la medicina y el puré se posa en el paladar... Cierro los ojos, la meditación se posa en el mero respirar.

TIERRA: Todo está vivo

Al abrir los ojos observo la piedra que me resguarda, la veo respirar... El corazón ya lo sabe, pero los ojos no siempre lo pueden apreciar.

La piedra respira, su substancia no es tan sólida como suele aparentar, más bien, es una especie de plasma fluido y fluctuante, una substancia viva que late en comunión con el pulso natural de la Totalidad.

La piedra está viva, y me siente, nos sentimos. Todo está vivo.

El corazón se conmueve, se abre a la piedra, y a su familia, a toda la Tierra... Al momento, me viene la imagen de una gran detonación, las explosiones en las minas y canteras, y me doy cuenta de que las piedras lo sienten, sienten las explosiones y sienten la intención y la energía que hay tras ellas... Compasión, y gruesas lágrimas, me anegan.

Que maravillosos seres son las piedras...

Todo está vivo... Todo es espiritual... La Vida y el Espíritu reposan en el alma de cada piedra; cada brizna de existencia da testimonio de la Totalidad.

Deshago la postura y abrazo a la piedra... Le hablo y ofrezco mis oraciones a la Madre Tierra... En un momento dado, mi corazón humano pide un regalo, una gracia... Pido su Fuerza, la Fuerza de la Tierra, para que me sostenga en las horas desatentas y momentos de flaqueza.

ASÍ SEA. Recuerda siempre que la Tierra te bendice con su amor y con su fuerza.

Para consagrar este encuentro con la Madre Tierra, subo a la gran piedra, donde la vida se celebra y el cuerpo expresa su *danza caducea*.

AIRE: Todo está bien

Tras la danza, el cuerpo se tiende boca arriba para posar la energía y contemplar... Observo el cielo... Nubes gigantes se abalanzan unas sobre otras, mezclándose y transformándose en una danza maravillosa.

100 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Los ojos admirados contemplan como los aires juegan con las nubes, como las juntan y las funden, como modelan sus formas fugaces, como las hace y las deshace... ¡Para estos seres vaporosos las formas cambian de instante en instante!

Todo es tan claro... Todo es una metáfora de todo... En todo, el reflejo divino, en todo, una abrumadora inteligencia; en todo aplica la eterna “ley de la correspondencia”.

Las nubes aparecen y desaparecen en el azul del cielo que siempre permanece puro e inalterable.

Las sensaciones son nubes, las emociones son nubes, los pensamientos son nubes, todo lo que percibes son nubes... Todo cambia, todo danza...

Todo son nubes en el espacio infinito de la Conciencia inmutable.

Los ojos maravillados, hechizados por la danza, a veces olvidan la verdad el cielo, del espacio vacío donde todo está sucediendo... Pero solo es un Juego.

Shakti seduce a Shiva (la danza de energía seduce a la conciencia vacía), y todo está bien. Todo está bien porque Shiva y Shakti son dos aspectos de un mismo y único Poder.

Puedes olvidarte del ser y varar el alma en la danza; puedes posarte en el ser y sustraerte de la danza. Todo está bien.

Sin embargo, sabe que, en el Corazón, no necesitas separar o segregar nada; cuando el Corazón se revela, puedes ser lo que eres y celebrar la danza. Shiva y Shakti se encuentran y entonces la Realidad se consume en su propia Bienaventuranza.

“Para conocer el mundo te tienes que olvidar de ti mismo, para conocerte a ti mismo te tienes que olvidar del mundo”. Cuando conoces el mundo y te conoces a ti mismo, revelas la Plenitud que eres, que siempre has sido y siempre serás, y entonces puedes celebrarlo todo, sin olvidar, sin separar.

FUEGO: la perseverancia trae ventura

De nuevo a la sentada... La quietud de *zazen* me arraiga y a la vez me eleva... Las flores hacia el cielo, las raíces en la tierra.

Cuando se abren los ojos, nubes doradas cantan poemas de atardecer. Un aliento fresco y húmedo desciende desde la cumbre de la montaña.

Me levanto, miro hacia arriba, se intuye un collado cercano... Me calzo las botas y asciendo a él, flotando... Un paseo delicioso, un entorno mágico.

Desde el collado contemplo la montaña bajo un cielo de nubes escarlata... Montaña amada, montaña mágica.

Las montañas son los seres más antiguos del planeta... Testigos remotos, Maestras de la Tierra.

En una última claridad, desciendo vivamente hacia el abrigo en la pradera. Cuando llego, el frío arrecia; siento que es el momento del fuego, hay que prender una hoguera. En ese momento comprendo la señal de la mañana: *“un encuentro con los elementales”*. Ahora veo como la tierra me ha llevado al aire y el aire me ha llevado al fuego. Y también intuyo como después tendré que ir hacia el agua, que ruga allí abajo, en el lugar más oscuro del valle.

102 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Trato de encender la hoguera, emerge el vapor, el agua atrapada en la madera... Tibias llamas intentan levantarse, reverberan y se apagan, su calor no puede con tanta agua. Una voz desiste, “*no es posible*”, y entonces otra señal es revelada:

La voz del conocimiento, la voz de la sabiduría.

La voz del conocimiento es la voz de la memoria, la voz de la experiencia. Esa voz dice: “*la madera está muy húmeda, no tienes una tea que anime la hoguera, no es posible prender un fuego en estas condiciones, etc.*”.

La voz de la sabiduría dice: “*TODO ES POSIBLE. La realidad no es otra cosa que lo que crees que es posible*”. Esta voz no surge de la memoria, sino del corazón y su inspirada certeza creativa.

La voz del conocimiento es poderosa, me ha guiado durante tanto tiempo que ahora permanece como un eco remoto y persistente; el corazón ya sabe, pero aun pulsan inercias inconscientes.

La voz del conocimiento me ha permitido sobrevivir, la voz de la sabiduría me ofrece la oportunidad de vivir creativamente.

No reprimas la voz del conocimiento, ni reprimas la voz de la sabiduría; sólo decide dónde quieres enfocarte, y agradece, siempre agradece.

En este momento de mi vida, decido arriesgarme... Ir más allá de la voz del conocimiento para encarnar la voz de la sabiduría.

Sigue la voz de la sabiduría, siente lo que te dice, y persevera.

Observo la hoguera...

¿Qué realidad quieres manifestar?

Es tiempo de sabiduría... Sé, siento y persevero... Persevero y persevero... Y entonces, entre las finas ramas, comienza a bailar el fuego.

La perseverancia trae ventura.

Una vez más, se apunta hacia la comprensión de mi poder, hacia el libre albedrío y la responsabilidad creativa de mi ser.

Sabe, siente, persevera.

Sabe en tu consciencia, siente en tu corazón, persevera en la acción.

¡Mágica ecuación!

Ahora comprendo ese estribillo que desde hace rato la mente canturrea: “*saber que se puede, querer que se pueda...*” Y ahora le añado: “*hacer que se pueda*”.

Saber que se puede, querer que se pueda, hacer que se pueda.

Siento el calor del fuego, su crepitar gozoso, y el cuerpo ronronea.

Cierro los ojos, meditación al calor de la hoguera.

En el silencio profundo surgen los mantras... *Jaya Bhagavan...*
Om Namah Shivaya... Se abre la rueda azul de la garganta y la noche recibe las sílabas sagradas.

AGUA: la vida te lleva, confía

Cuando abro los ojos, la noche envuelve el espacio. Una noche sin formas, sin atisbo de brillo alguno, sin una sola claridad.

Observo como las brasas reverberan en la hoguera, tibias incandescencias que fenecen en la densa oscuridad. Es el momento de partir, siento que ha llegado el momento del cuarto elemental.

104 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Ato las botas, cargo el macuto y cojo los palos, me despido conmovido del lugar.

Miro hacia abajo, hacia la sima donde murmura el torrente... El agua me atrae hacia lo abismal, hacia la oscuridad básica del inconsciente... Un cierto aroma de temor se hace presente.

Sí, el peligro del descenso es evidente... La pendiente abrupta, la vegetación y las rocas que entorpecen y se aferran a mis pasos, la presencia del barranco... Y, sobre todo, el encuentro con lo desconocido que espera en el trasfondo de la mente... Comprendo el desafío, y, aunque lo temo, deseo atravesarlo... Comienzo el descenso guiado por el rugido del barranco.

Hacia abajo, siempre hacia abajo...

El temor está presente, y lo respeto naturalmente. La fuerza del *hara* (la voluntad y la determinación) y la fuerza del corazón (el coraje y la confianza), también lo están; me hacen caminar con gran energía, atravesando los obstáculos, cayéndome y volviéndome a levantar, sin pausa, sin vacilar.

Al fin, llego al torrente, me acerco, y agradezco infinitamente... Lavo mis manos, mi cara, y bebo abundantemente, bebo del vientre.

De pie, hundido en la oscuridad, me entrego totalmente... Me permito caer al negro abismo, sumergirme en las “fosas marianas” del inconsciente.

En la noche, un rugir de agua, un vacío oscuro en los ojos, y un palpar ante lo que pueda surgir de esa oscuridad.

Entonces, un ojo réptil aparece, me mira, nos miramos, serena y silenciosamente... Observo con profunda ecuanimidad... De alguna manera, comienzo a sentir empatía con la oscuridad.

Los monstruos los crea la mente al juzgar la realidad; los monstruos son todo aquello que no quieres mirar (ni amar ni respetar).

En este momento, descubro que no hay *monstruos*... En la oscuridad, una radiante claridad.



Cuando abro los ojos, vuelvo a lavar mi rostro y a beber del agüita primordial.

Ahora, fluye como el agua en la oscuridad.

Confía, la vida te lleva, déjate llevar.

Prosigo el descenso, me dejo llevar... Tanteando con los palos, agarrándome por aquí y por allá, mojado, asilvestrado, comienzo a disfrutar... El alma cabalga un cuerpo pletórico, el *hara* fulgura como una centella atravesando la profunda oscuridad.

Poco a poco el terreno se hace menos abrupto, la ribera se ensancha y el agua se amansa... Entonces aparecen los árboles-guía, seres gigantes que ofrecen sus sombras alargadas para orientarme en la noche.

El bosque te lleva, déjate llevar.

Los árboles-guía me señalan el camino... Confío...

Al fin, llego a la pista, y sonrío agradecido y conmovido.

La Vida siempre te guía en cada paso del camino.

Sonrío a las cuatro direcciones, sonrío a los cuatro elementales, y sonrío al centro.

De pie, junto al río, el cuerpo quieto, la mente silenciosa... Presencia amorosa por la que fluyen todas las cosas.

106 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

La Voz Divina recita Divinos Versos.

Cuatro son los Fulgores para un mismo Amor inspirador de universos.



La pista penetra en la noche y, para seguirla, no miro hacia abajo sino hacia arriba; el espacio abierto entre las copas de los árboles es el sendero que me guía... Hermosa paradoja, hermosa poesía... Un sendero de cielo y estrellas me orienta en la travesía de la vida.

En la noche sigue fluyendo poesía...

Los árboles son como niños de puntillas intentando coger las estrellas.

Camino con los niños, camino con las estrellas.

El corazón cintila y se une a ese mosaico de centellas.

¡Ahó alma inocente, alma bella!

INVIERNO

El Espíritu del Manantial

LLEGA EL SOLSTICIO DE INVIERNO y con él la llamada del ritual. De nuevo el bosque me convoca para recordar y celebrar.

La atmósfera es fría, húmeda, nublada, una atmósfera que prelude la nevada.

En el silencio del invierno todo se apacigua, todo se recoge, todo se tiñe de ocre y ámbar.

Cierro los ojos, siento las raíces, respiro... Comienzo a caminar... Una vez más, mis pasos buscan el collado de Marichiva, después, ¿a dónde irán?

Suelta, déjate encontrar...

Camino, el camino me camina, solo hay caminar... Dejo que el lugar me encuentre... Eso me lleva y solo queda presenciar lo que sucede, nada más.

El bosque pasta del aliento de las nubes, las criaturas se refugian en sus guaridas de la caricia invernal... Solo queda frío, silencio y una profunda belleza natural.

Al fin, llego a una vaguada remota, un útero herboso donde murmuran los manantiales... Un gran árbol exhibe sus poderosas raíces, y a sus pies nace la vida que se precipita hacia el valle.

108 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Desciendo la vaguada guiado por el canto del arroyo, que suavemente va ganando caudal e intensidad... Al poco me detengo y reconozco el lugar para el ritual.

Preparo una hoguera, busco su alimento... Despliego las mantas, el cojín... Me descalzo, saludo, me siento... Honro el lugar con una vela y unas barritas de incienso... Saludo a los guardianes del bosque, a los seres invisibles y a los elementales, y me entrego al sagrado silencio.

Al momento, siento como este espacio me acoge, como la mansa vaguada y el canto de las aguas me arropan con ternura y suavidad... El cuerpo se distiende, se enraíza y eleva una esbelta vertical.

Recibo el sacramento sobre la palma amorosa y junto las manos en el corazón... Las muelas rumian la medicina y el puré mágico reposa en el paladar... Ofrezco una oración... Cierro los ojos, y entro en meditación.



Arde la lámpara de la consciencia, se abre la flor del corazón.

Asisto al amanecer de esos espacios de comprensión súbita y compasión espontánea, todo mi ser se estremece, y cálidas lágrimas testimonian la gracia revelada.

Desde esta presencia amorosa contemplo el drenaje del inconsciente, el borboteo de la energía psíquica que subyace en el trasfondo de la mente.

Toda la plétora de personajes y subpersonalidades se hace consciente según aparece; voces, tendencias y arquetipos, personales y transpersonales, mundanos y espirituales, todo es reconocido y acogido en esta presencia inmensurable.

Instintos, deseos y pulsiones... Sentimientos, pensamientos y emociones... Intuiciones y revelaciones... Todo es en comunión, todo es consciente. Todo se ordena, se reconcilia y se integra naturalmente.

Vibro en ese espacio donde “*comprendo todo y amo todo*” espontáneamente.



Tras una larga sentada, el amor me hace sentir que es necesario mover el cuerpo. Desde esta presencia amorosa se observa la aparición del “exprimidor insaciable”, el que siempre quiere “más”, penetrarlo todo hasta el final... Se agradece su aparición, sinceramente, también se agradece a sus asociados, al “rígido” y al “autoexigente”, pero ahora brota una poderosa amabilidad, todo es suave y benevolente.

Me levanto y estiro el cuerpo atenta y delicadamente... Todo es consciente, todo es sentido profundamente... Cada *asana* abre canales de *prana* y libera todas las fibras del cuerpo.

Al sentarme de nuevo, una extensa sensación de espaciosidad y ligereza... El cuerpo ya no pesa, parece que ha olvidado su contrato con la gravedad, y ahora flota en una nube vibrante cargada de *prana* y energía espiritual.

En el teatro psicológico, más allá de la representación de superficie, descubro a los personajes “invisibles”, la energía directriz que habita en el trasfondo.

Todo es revelado, cualquier actividad, cualquier aparición, cualquier propensión... Sin ningún esfuerzo me doy cuenta del más mínimo movimiento interior.

110 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

En un momento dado, observo a uno de estos “invisibles” buscando sus propias raíces; es el “buscador espiritual” buscándose a Sí mismo en este laberinto de espejos, tratando de asir lo inasible.

Entonces, Devi aparece:

Ríndete, suelta el esfuerzo, deja que te lo muestre.

Comprendo que también tengo que soltar al buscador, soltar la búsqueda definitivamente.

Buscas el núcleo del “yo”, ¿cómo puedes encontrar algo si sabes lo que buscas? Suelta la búsqueda, al buscador, deja que te lo muestre.

Cada una de sus palabras me silencia más profundamente.

Cuando habla, todo lo demás se acalla... Y en el silencio, Eso florece.



Cuando se abren los ojos la impresión es de: “bienvenido al mundo de las formas, del tiempo y del espacio, bienvenido al mundo que has creado”. Sí, es muy claro, percibes este mundo como una *superposición* a Lo que Es, a Lo que eres, y lo percibes maravillado; contemplas como tu propio poder creativo encarna y se despliega en forma de Milagro.

Los ojos se beben el mundo y se sacian de esta Belleza atemporal. En esos momentos el estado de Presencia y de Bondad sucede de manera natural.

Contemplo, sin esfuerzo alguno, cada expresión de la Naturaleza, cada matiz, cada detalle... Pero lo cierto es que me siento atraído por los minerales... Me arrodillo en la hierba y poso mis manos sobre una piedra... La contemplo, descubro su universo, el juego

entre los líquenes, los musgos y los cristales, las montañas, las junglas y los desiertos lunares... La micro pelusa que mueve la brisa y la convierte en una anémona que se cierra y que se abre... Un microcosmos formidable.

Contemplo admirado, y entonces la piedra comienza a respirar... Me inunda la maravilla, y a la vez lo veo como algo completamente natural.

Todo está vivo, todo respira, todo siente.

La mística es tan sabrosa que atrae la atención del “analista espiritual”, del “transcriptor” y del “cartógrafo”, que rápidamente se juntan y empiezan a reflexionar y a filosofar... Entonces: ***chissstt...*** (el sonido del dedo índice en la boca pidiendo silencio) ***¡Sin filosofía, sin análisis! SIENTE, vive el momento, no lo pienses.***

Esta señal (“*chissstt*”) me sorprende... Este siseo, sereno y amable, hace retroceder y silenciarse al momento a cualquier personaje, así como los consejeros de la corte se inclinan ante la sabiduría de su rey al pronunciarse. Un simple siseo convoca al silencio y me conecta sin interferencia con la plenitud del instante.



Ahora siento como el frío arrecia. Trato de encender la hoguera, pero la leña está empapada. Coloco una vela en su interior y la cubro con finas ramas. Me pongo toda la ropa que traigo y vuelvo a la sentada.

Retorno al interior, y entonces comienzo a sentir un gran calor en el pecho y en las manos... El fuego no prende en la hoguera, pero algo me calienta... El fuego es interior, la pira ardiente es en el

112 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

corazón... En plena intemperie el corazón crepita y las manos flamean, es tan reconfortante y tan conmovedor... Descanso al “calor del hogar” y diría que hasta comienzo a ronronear.

Entonces, me viene un olor intenso, como de algo que se quema... Tal vez comienza a prender la hoguera, pero es algo más, este olor me resulta familiar... ¡Es el olor de las velas de mantequilla de yak! ¿Cómo puede ser esto posible? ¿Cómo puedo estar sentado en el interior de un *gompa* tibetano? Estoy en el *gompa*, ¡respiro su atmósfera realmente!, entonces levanto la mirada y veo al gran Buda con su mirada transparente.

Así es, este es el reflejo de Quién eres.

Al momento, otra implosión, y se revela ese espacio sin lindes más allá de toda dimensión... Silencio, Plenitud, Reconocimiento y Amor... Eso es Todo... Y Eso, soy Yo.



Ahora, en este espacio inmaculado, aparece la estrella tetraédrica fulgurando destellos luminosos, blancos y azulados... Contemplo los códigos secretos, los símbolos sagrados.

En un momento dado, los párpados se levantan suavemente, junto las manos y saludo a un mundo bienaventurado.

Al bajar las manos, estelas de colores reverberan tras ellas, y despiertan la atención y el entusiasmo del niño mágico... Las manos vuelan y fulguran las estelas, el niño-mago recupera su poder y dibuja trazos áuricos en el espacio.

El aprendiz de brujo juega con la magia y se deleita, el Maestro observa.

Poco a poco, el cuerpo se une a este volar mágico de las manos... Surge una danza que expresa matices del yoga, el chi-kung y las artes marciales, es a la vez la danza de la tierra, del agua, del fuego y del aire... Está lo femenino y está lo masculino, la firmeza y lo fluido, lo que insemina y lo receptivo... Es una danza total, un éxtasis.

Eso sopla y la flauta manifiesta la Armonía de la Naturaleza. Profunda Belleza. Profundo Deleite. Profunda Coherencia.

En un momento dado, la danza cesa en una serena vertical... Entonces, comienzo a apretar los músculos, aúno toda la fuerza y tensó cada fibra corporal... Luego suelto y la energía se libera en el espacio... Ahhhh... Tensó y suelto, tensó y suelto... Comprendo, comprendo... Todo respira, todo es respirado... Un pulso divino en todo lo creado.

Vuelvo a la sentada, algo me hace sentir que es el momento de la *absorción definitiva*.



En el vacío de los ojos observo niveles profundos de atención y de consciencia; no solo observo el espectáculo, los fenómenos del mundo sensorial, energético, psíquico y espiritual, sino que observo las maneras de observar.

Observo la cualidad de la mirada masculina (focalizada, concentrada) y también de la mirada femenina (abierta, *vipassánica*). Parece ser que puedo elegir dónde mirar y cómo mirar.

Y también comprendo como los mundos “internos” siguen siendo mundos “externos”. En realidad, sea como sea, todo observar es hacia “afuera”, ni la mente ni la piel es la frontera. Todo lo que observo está “afuera”, como una proyección de la consciencia.

114 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Esencialmente no hay “mundo interior”, sino “vacío interior”. Revertir el foco hacia su origen, meramente “ser” en la conciencia, eso es meditación.

Meditación... Meditación... Meditación...

Profunda espaciosidad, profunda paz... Sin embargo, aun percibo en el trasfondo una tensión infinitesimal, un sutil aroma de esfuerzo, de voluntad...

Se ha abierto la puerta, pero todavía queda algo por soltar.

Suelta el esfuerzo por ser, suelta la última voluntad... Suéltalo todo y disuélvete definitivamente en la Verdad.

Soltar el esfuerzo, ese es el último secreto... Soltarlo todo, hasta que no quede nada, soltar también la “idea” de soltar, incluso a “ese” que parece soltar... Soltar no como un nuevo acto de la voluntad, sino como una entrega radical.

Sueltas la guía, el más mínimo atisbo de voluntad, de dirección, de preferencia... Sueltas lo masculino, sueltas lo femenino, te sueltas completamente a “ti” mismo... Se disuelve cualquier atisbo de tensión, de dualismo... Y entonces Eso que Es y siempre ha sido, se revela naturalmente por Sí mismo.

Pasar del esfuerzo por ser, al ser sin esfuerzo. Para Ramana Maharsi ese es el último secreto.



Comienza la lluvia, a mis oídos llega el concierto de las gotas besando la hojarasca. La lluvia me “trae” de nuevo al mundo.

Abro los ojos, contemplo la cortina de agua, la siento sobre el cuerpo. Un Buda inmóvil bajo la lluvia, una canción de agua, y un radiante silencio.

Entonces, las alarmas del cuerpo miente despiertan, algunos personajes vuelven al espacio mental:

Si sigues bajo la lluvia vas a coger una pulmonía... Además, pronto se hará de noche... ¿No crees que convendría levantar?

Escucho y aprecio esta aparición oportuna. También observo la energía que acompaña estas palabras, de cuidado y de prudencia; contemplo como esta forma de miedo se ha transformado en una forma de inteligencia.

Contemplo la alquimia y el proceso de transmutación; la piedra filosofal, el horno alquímico, es la energía del corazón.

Esta Apertura del Corazón, esta música de fondo de la Conciencia Plena, permite asistir a todo el espectáculo polipsíquico desde el Amor y la Sabiduría que eres.

Todo es reconocido según aparece, cada voz, cada tendencia, es apreciada y agradecida con espontaneidad, cada energía del cuerpo miente fluye en su propio espacio y recupera su propio lugar.

Los personajes proponen, la energía se expresa, ofreces espacio y escuchas con amabilidad.

Todo tiene su razón de ser, su propio motivo divino.

Todo es tu amigo.

Todos esos personajes y energías de las que rechazabas, que incluso rechazabas, caben en ti... Todo cabe en ti... Termina el conflicto, la contradicción... Todo coexiste en la espaciosidad del Corazón.

Los personajes proponen, ya no imponen... Has recuperado el poder que les cediste, y la comprensión de "para qué" se lo cediste.

Esto es dicho, y de nuevo se abre un gran silencio.

116 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Entonces, aparece la imagen del Niño Divino... Está sentado, desnudo sobre una flor de nenúfar, en el centro del corazón... Sonríe sabiamente... El Niño Divino es otra de las facetas del Maestro ;lo comprendí finalmente!

La voz del Niño Divino reproduce la voz de la Sabiduría... Esa voz, sencilla e inocente, espontánea y creativa, es la suya, es la mía.

Cuanta sabiduría... Cuanta sabiduría...

De repente, comprendo como esta sabiduría inocente, juguetona y alegre, siempre ha venido a rescatarme... Comprendo como en aquella constelación el niño abrazó y sostuvo al adulto, y no al revés, como cabría de esperarse.

De manera fulminante, siento como el Niño Divino recupera su lugar, como en un simple “chasquido” psíquico se restaura el orden natural.

El Niño Divino irradia en la consciencia y funda en el corazón su tierno altar. Todos los personajes que hasta ahora habían usurpado ese lugar, se echan atrás, todas las luchas internas cesan... Todos reconocen al Ulises regresado, por eso le hacen espacio, con respeto y humildad.



Cesa la lluvia... Todo en el mundo es agua... Llega la oscuridad.

Me incorporo, celebro el fin de la ceremonia con el Abuelo Hachi y algo de comida... Comparto con la vida, recibo sus bendiciones... Cada mirada, cada movimiento, son mis ofrendas, mis oraciones.

Recojo los bártulos, ato las botas decididamente y un hondo silencio me despidе del lugar... Asciendo la suave vaguada que remonta al manantial.

Allí, el murmullo de la vida que nace... En la profundidad del bosque, una canción de agua se precipita hacia el valle.

En esta dimensión de poética sincronía, contemplo los manantiales que confluyen para cantar sus alegrías al inmenso valle de la vida.

El Espíritu del Manantial fluye por el Valle de la Tierra, regando todo con inagotable Bendición, con toda su Gloria y su Belleza.

Con la noche acomodándose en su lecho de nubes emprendo el camino de regreso... La canción de los manantiales va quedando atrás... Un pájaro negro surca el cielo... Los árboles se sacuden el agua y se preparan para la cena vital.

En una última claridad, vislumbro el horizonte, los montes tendidos y la niebla que llega... El sendero estrecho me lleva hacia una total oscuridad.

Camino como una centella radiante, ligero como una mariposa, atento como un ave nocturna, preciso como un jaguar... Apenas distingo el leve surco del camino, pero ni un solo tropiezo, ni duda ni vacilación alguna... Gozoso caminar.

El Niño Divino fluye en Wu-Wey.

Me dejo llevar en un espacio donde los pasos, la respiración y el movimiento de los brazos manejando los palos, son un mismo y gozoso latir acompasado... En verdad, estoy jugando, siento como el Niño “pilota los mandos”.

La acción es espontánea, el Niño juega simplemente por jugar, como cuando el viento mueve los árboles o el arroyo labra las piedras, solo hay acción inocente, natural.

118 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Wu-Wey es la no-acción.

Wey-Wu-Wey es hacer-no-haciendo.

Wey-Wu-Wey. La acción sucede, pero no hay “hacedor” en ningún lugar. La acción sucede, sin provecho ni finalidad. Solo queda la inocencia, la plenitud del instante, el disfrutar.

Todo sucede por sí mismo. No se trata de hacer o dejar de hacer, sino soltar la apropiación de la experiencia y comprender que todo está sucediendo en el seno de la Totalidad.



En la noche, escucho la voz de la fuente, estoy cerca del collado... Allí, la espesa niebla devora la última de las claridades, y, para mostrarme el camino, algunos árboles aparecen en la niebla como amistosas siluetas espectrales.

Amada niebla... Amada niebla...

Me siento tan bien allí, diluido en la niebla...

Prosigo el descenso, confío y fluyo en la noche de manera incondicional... No hay luz en los ojos, pero blando la antorcha de una presencia radiante y una certeza radical... Sigo siendo la mariposa, el búho y el jaguar, salto por las raíces y las piedras con extrema precisión y agilidad... Los ojos no ven, pero *algo* está viendo, ni un solo paso de menos, ni un solo paso de más.

Cuando llego al llano, los árboles se estiran para asomar la cabeza por encima de la niebla... En la húmeda noche fulgura un misterio ancestral... Solo hay presencia, quietud conmovedora, silente oscuridad.

Cerca de Majavilán, mis pies hacen un giro extraño, me introducen en un mar de helechos y me sitúan frente al gran árbol.

Me siento a sus pies... Me entrego a la noche... Profundo descanso.

El canto del mochuelo me hace abrir los ojos.

La noche es tan radiante, la Paz tan vasta... Pura Bienaventuranza.

Todo está bien. Todo es lo más perfecto que puede ser.

Amén. Ahó. Namasté.

PRIMAVERA

El Espíritu de Eros

LA PRIMAVERA LLEGA A LA MONTAÑA y la vida florece nuevamente.

Los arroyos cantan entre las piedras, los insectos desperezan y saquean el néctar de las praderas.

La luz radiante cae del cielo, la brisa reverbera.

Es el retorno de Eros, que con sus dedos dorados acaricia la faz de la tierra.

Esa mañana me adentro en el bosque, es día de ceremonia y primavera.

De las recónditas soledades de la Mujer Muerta regreso a los valles luminosos de la Maliciosa. Nuevamente camino, me dejo encontrar. Dejarse encontrar es maravilloso, esa es la entrada al reinado de la sincronía y de la inteligencia primordial.



Un viejo roble se aposta en la linde del bosque, allí, a la orilla del mar de piedra... Este es el lugar.

Arriba, la quietud perenne de las cumbres ancestrales, donde las nieves se disuelven mansamente, porosas a la inseminación del sol padre... Abajo, las aguas murmuran en el útero del valle... Un lugar de fuego y agua, entre la cumbre y el valle.

Este ser antiguo me acoge silenciosamente bajo el sol de la mañana, tiernas flores tapizan sus raíces, y largas barbas de liquen cuelgan de sus gruesas ramas... Sí, es el lugar para la ceremonia, el lugar de la sentada.

Una vela, tres inciensos, y una entrega... Todo comienza con la entrega... El Abuelo Hongo entra en mi cuerpo y los párpados se besan, llevándome a la profundidad de la consciencia.



Al momento, una bolsa oscura aflora, un profundo malestar, cuerpo y alma se estremecen en algo que percibo como la náusea primordial.

Entrégate... La muerte es lo “peor” que te puede pasar.

Siento la muerte como una liberación, como un descanso...

¿La muerte es lo peor o lo mejor que puede pasar? ¡Jajaja!

Cuando sueltas la forma y el tiempo, solo queda infinitud y eternidad.

Siento los brazos de la muerte como los de una madre amorosa. Parece que todo comienza por el final.



Tras la náusea inicial, se revela el Edén en la Tierra.

Cuando se abren los ojos se inundan de “eso” que mi corazón consiente en llamar, la Belleza... Cuando se cierran, seres luminosos flotan dichosamente en la consciencia... Del malestar primordial al bienestar primordial, así de paradójica se revela la experiencia.

122 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Ahora suelta... Que nada te marque la guía de la experiencia, suelta la memoria, cualquier conocimiento, cualquier comparación, cualquier inclinación o preferencia.

Observa y suelta, observa y suelta... Cuando no pides, todo se te ofrece; cuando no buscas, encuentras.

Atención, el inconsciente aflora... Observa.



En esos momentos el Abuelo Hongo propicia la apertura vertiginosa, el *fondo tras fondo*... De repente, aparece un punto rojo, lo dejo pasar... Vuelve de nuevo, vuelvo a soltar... Ahora retorna, como encarnado, como de sangre, como una llaga... Voy hacia ello, y aparece el lobo devorando carne con la boca ensangrentada... Al sentirme, levanta su hocico y gruñe ferozmente, tensa las garras... Se siente amenazado, sus ojos centilan un miedo exacerbado... La escena es muy tensa, sin embargo, me siento sereno y aquietado.

Quiero acercarme, apaciguarle, transmitirle que puede calmarse, pero aun gruñe con más fuerza, mostrando sus colmillos afilados como sables... Él sabe que mi caricia, es su muerte, es algo inevitable.

Entonces, trato de “intervenir”, de transformarlo en un cachorro amable, pero no se deja engañar... Es astuto, “*más sabe el diablo por viejo que por diablo*”, dice el refrán.

No intervengas, respeta su miedo, su fiereza...

Me doy cuenta... Observo, respeto, suelto ideales... Entonces, es cuando brota la ternura, la compasión, y unas palabras inocentes surgen del profundo corazón: “***es momento de crecer, hacia el amor***”.

En ese preciso instante el lobo afloja su boca y baja la cabeza... La furia se convierte en impotencia, las centellas de ojos y colmillos se tornan en tiniebla... Da media vuelta y, arrastrando las patas abatidas, se aleja.

Ha comprendido lo inevitable... Sabe que su momento ha terminado, que todo lo que se erige y prospera finalmente se hunde y declina, que es precisa la muerte para que siga la vida.

Entonces, me siento arrebatado por una profunda compasión, ríos de lágrimas anegan mi cara y un llanto conmovido hace temblar mi corazón.

Me acerco a él, ahora lo permite mansamente... Me mira, y le transmito un retiro apacible en el ocaso... En mi caricia le hago llegar el reconocimiento, la gratitud, el cuidado... Le transmito “morir en el amor” como el regalo más preciado... Y lo recibe, de alguna manera lo siento más tranquilo y confortado.

Tras este episodio, retorno a la calma-vacua, donde todo se posa y descansa.



Ahora, surgen las “conversaciones con los habitantes del mundo interior”, es el momento de la “terapia de integración”. Se abre ese espacio donde las diversas subpersonalidades exponen sus íntimas motivaciones, su propia lógica y perspectiva de la realidad; el protector, el controlador, el crítico, el explorador, el guerrero, el mago, el loco, el buscador... Cada voz expresa legítimamente su propia “verdad”, el Terapeuta escucha y acoge con exquisita ecuanimidad.

Este “diálogo de voces” alivia las fricciones de la mente y reconcilia a toda el “ágora” de manera natural. Cada voz, cada

124 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

tendencia, ocupa el lugar que le corresponde y es reconocida y aceptada en ese lugar.

Especialmente significativo se me revela el encuentro con el “transcriptor”, el que trata de traducir en palabras todo lo que experimenta y vive. Siempre está ahí, ahora tratando de capturar las *experiencias sublimes*.

Terapeuta: *¿Por qué tratas de traducirlo todo?*

Transcriptor: *Para que no se pierda...*

Terapeuta: *¿Qué es lo que temes perder?*

Transcriptor: *La experiencia...*

Terapeuta: *Ya eres la experiencia...*

Transcriptor: *Bueno... El fruto de la experiencia... Necesito asir el fruto, para que su semilla –su significado– no se pierda.*

Terapeuta: *¿Qué es lo que necesitas realmente?*

Transcriptor: *Conocimiento... Necesito comprender la realidad... Eso apacigua mi hambre de saber y a la vez me da seguridad.*

Terapeuta: *¿Eso lo consigues con palabras?*

Transcriptor: *Las palabras capturan la experiencia y lo convierten en conocimiento. Conocimiento es poder, en todos sus aspectos.*

Terapeuta: *¿Qué poder te interesa a ti realmente?*

Transcriptor: *El poder de comprender, el poder de recordar y el poder de compartir esa verdad.*

Terapeuta: *¿Crees que puede haber un conocimiento “inasible” más allá de las palabras? ¿Un conocimiento directo, capaz de ser y comprender en silencio la realidad de Lo que Es?*

Transcriptor: Si eso es así, ¡también lo quiero transcribir!

Escucho amablemente, y entonces surge la voz del Maestro:

Las palabras pueden sumergirnos en el sueño o pueden propiciar el despertar. Pueden hacernos caer en el olvido o pueden hacernos recordar.

Para el iniciado, para el peregrino, las palabras son como los hitos del camino.

La palabra no es la verdad, sino una señal, un poste indicador en el camino. El indicador está en la mente, pero lo que señala está más allá.

Las palabras son “dedos que apuntan a la luna”; el dedo está en la mente, la luna es nuestro estado natural.

La palabra no es la luna, solo es un dedo que señala hacia ella. Cuando nos quedamos fijados en el dedo, a las ideas y los conceptos, perdemos de vista la verdad a la que señalan.

La palabra es la mente. La palabra no es la verdad. La palabra “agua” no quita la sed. Pero seguir un mapa o un poste indicador en el camino nos puede orientar hacia la fuente.

El mapa no es el territorio, pero puede ser de gran ayuda para orientarnos en él.

Escucho al transcriptor, escucho al Terapeuta, escucho al Maestro... Agradezco.

La comprensión deviene en gratitud y la gratitud deviene en el silencio.

De nuevo me disuelvo en un hondo recogimiento... Silencio.



126 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Ahora, se abren los ojos, y a la altura del pecho se juntan las palmas. Saludo al mundo con una sonrisa en el alma... Entonces, comienza la danza... Sentado, los brazos expresan el juego erótico entre masculino y femenino, se enroscan en el aire como serpientes livianas, exhibiendo sus artes y su magia en esta sutil danza sagrada. De manera natural, las caderas, el cuello, la espalda, se suman a la danza... Al final, todo el cuerpo se levanta... Bajo el sol, se revela el juego erótico del mundo, y todo “lo que es” recibe la bienaventuranza.

El secreto se revela cuando eres tú mismo.

Toda la creación se suspende de este amoroso y profundo erotismo.

Para integrar verdaderamente este movimiento, abro los ojos y observo a una pareja de senderistas, que a su vez me contempla sentada a la distancia... Observo cierta incomodidad al ser observado, desnudo, sin una imagen que proteja y cubra el alma... Aflora la vergüenza, el sentido del ridículo, observo como el “protector” percibe el juicio del otro como una amenaza.

Se tú mismo, se tú mismo, permite tu propia danza.

Observo, atravieso, es persistente, el “protector” tiene poder. Acepto, “lo que es” es “lo que es”. Entonces se disipa toda resistencia, y naturalmente me entrego a la verdad que fluye de mi ser.

Sigue la danza, fluye como un manantial inagotable que vierte sobre el mundo su ventura, su gracia y su poder; Eros se regocija bajo el cielo y fulgura como un eterno Amanecer.

Al fin, la danza se detiene... La vertical arbórea, *namaskar* en el corazón... Abro los ojos, no hay nadie, solo el silencio luminoso del valle.

Aquietado, profundamente sosegado, contemplo todo lo que es, la armonía de todo lo creado... Y entonces, entre todas las formas, resplandece el espacio... El espacio vacío donde todo sucede, donde todo se encuentra, donde todo está interconectado.

Yo soy el espacio, y el corazón que sonríe, el que secretamente disfruta de todo lo creado.

La mirada, disuelta en todo, percibe pelusas de polen flotando levemente en el espacio... Entonces, lo veo con claridad; todo es un juego erótico entre el yin y el yang, toda la Creación expresa este Erotismo primordial.

Súbitamente, comprendo este juego erótico en mi interior; cesa cualquier memoria de conflicto, de escisión, de dualismo... Esta escisión nunca ha existido, la separación es una ilusión, el conflicto solo es en la imaginación. ¡Y esto mismo también es acogido por la consciencia-corazón!

Lo que para la mente es un conflicto y una oposición, es una danza amorosa para el corazón.

En ese momento asisto a una maravillosa celebración; la Boda Alquímicamente tiene lugar en el Altar del Corazón.



Con luz en los ojos me giro y observo al árbol maestro... Sus ramas alargadas son las de un amigo que te invita hacia él con los brazos abiertos.

Ven, sube a mí, descansa...

Subo a él y me encaramo entre sus brazos... Cierro los ojos, descanso.

128 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Eros danza y se suspende armoniosamente en torno al Centro.

Todo nace, retorna y finalmente descansa en la Quietud y el Silencio.

Desde aquí todo es bendecido, todo es acogido, todo es aceptado.

Eres la Quietud, y eres la Belleza; eres el Misterio, y eres el Milagro.

MAITREYA

(Campos de Ciudad Real. Primavera 2014)

El susurro de los budas

EN LA PRIMAVERA DEL 2014 sentí de nuevo la llamada de la Abuela Ayahuasca, esta vez, a través de los ritos arcanos del budismo tántrico tibetano.

La ceremonia, llamada “Maitreya”, sería guiada por una monja-chamana en una atmósfera de meditación, al aire libre y a plena luz del día (en contraste con las ceremonias nativo americanas donde suele realizarse en un tipi o en una sala durante la noche). Según sus propias palabras, se trataba de una ceremonia de “iluminación”; a través de la medicina, del silencio y de los *sutras* clásicos budistas, nos entregábamos para inspirar el Profundo Corazón.

¿Qué significa Maitreya? Para la tradición budista Maitreya es el futuro Buda o Boddhisatva que aparecerá en la Tierra para enseñar el *dharma*. Algunos estiman que este acontecimiento tendría lugar unos 2500 años después de la muerte física de Siddharta Gautama (el Buda original), lo que lo sitúa en nuestro tiempo presente.

Maitreya deriva del sánscrito *maitrī* (“amistad”) que a su vez deriva del sustantivo *mitra* (“amigo”). Maitreya es el amigo. ¿Cómo interpretar esto?

Buda declaró antes de su muerte que él vendría de nuevo después de veinticinco siglos, y que su nombre sería Maitreya. Maitreya significa el amigo. Los Budas no regresan; ninguna persona iluminada regresa nunca, así que es sólo una forma de hablar.

Lo que él estaba diciendo es de tremenda importancia. No tiene nada que ver con su regreso; él no puede regresar. Lo que quiso decir era que la antigua relación entre el maestro y el discípulo se volvería irrelevante en veinticinco siglos.

Esa era su claridad de percepción –no estaba prediciendo nada– sólo su claridad para ver que como las cosas cambian [...] Tomaría al menos veinticinco siglos para que la relación maestro-discípulo se volviese anacrónica. Entonces el Maestro iluminado será sólo el amigo.

[Osho]

Tal vez Maitreya sea eso mismo; la transformación de la clásica relación vertical maestro-discípulo hacia una nueva relación horizontal entre amigos que comparten el Camino.

Tal vez el Buda ya ha “regresado”; tal vez ya es el momento de Maitreya. Vivimos un momento donde la eclosión de la consciencia (azuzada por el flujo de energía espiritual que está llegando masivamente a este planeta) ya no puede ser contenida de manera estrecha y particular, sino que nos inspira a encontrarnos unos a otros, como amigos, en esta Aventura del Despertar.

Los dioses, los hombres y otros seres [...] dejarán sus dudas, y los torrentes de sus ansias serán cortados; libres de toda miseria lograrán cruzar el océano del devenir [...] y la suya será una abundancia de alegría y felicidad, porque llevarán una vida santa bajo la guía de Maitreya.

[Maitreyavyākaraṇa]



El azul inunda un cielo inmaculado, sobre un tapiz de campos verdes y suelos anaranjados.

Una vieja encina de sombra generosa se aposta sobre los campos ondulados.

Algunos trinos mañaneros, y el aroma de la primavera, anuncian una vida que recién despierta de su invernial desmayo.

Bajo el gran árbol, un pequeño grupito de almas celebra el ritual; se ofrece incienso, oraciones y rapé* para despejar la glándula pineal.

Tras el rito, la monjita nos ofrece la primera toma de Ayahuasca, y todos la recibimos en *zazen*.

Silencio... Quietud... Respiración que entra y que sale... Pura consciencia de ser.



Ahora, surgen visiones de una extremada belleza, una especie de “psicodelia edénica” que se derrama y anega toda la extensión de la consciencia.

Laberintos de luz, flores y galaxias, aparecen en fluidas estructuras de *fractal* y de *mandala*... Exquisitas formas y colores que revelan los misterios de la Luz, de la Naturaleza y de la Geometría Sagrada.

*El rapé es una mezcla de tabaco y otras plantas también considerada medicina tradicional; el polvo desecado es insuflado por los orificios nasales, lo que a veces –como en mi caso– provoca durante unos minutos un intenso “escozor cerebral”.

132 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Este mundo iridiscente aparece como el idioma sublime de los ángeles y de las hadas, cargado de esa Belleza que conmueve el alma e inunda los ojos de lágrimas bienaventuradas.

Un mundo promovido por una profunda Inteligencia, por un profundo Amor. Un mundo infinitamente creativo donde la Belleza es una perfecta y perenne Inspiración.

No solo es visión, es arrobamiento, una extática abstracción, un estado de ser envuelto por la energía de los ángeles e inagotable bendición. Sí, es la primera vez que me es regalada esta “psicodelia edénica”, que vivo como una revelación en la mente y un éxtasis en el corazón.

En pleno “éxtasis visionario” este mundo es percibido como la “plantilla” o la “matriz divina” que sostiene a toda la creación; cuando se abren los ojos, el mundo aparece *superpuesto* a esta matriz de Belleza y Perfección; lo físico, lo psíquico y lo espiritual aparecen como un mismo flujo energético de existencia y realidad. No hay una frontera clara entre los mundos, todo está interconectado en una especie de arcoíris multidimensional.

Arcoíris iridiscentes donde todos los mundos se encuentran y entretejen... Mirada luminosa en la que toda frontera o interferencia se disipa y desvanece.



Ahora, la monjita nos convoca para la segunda toma.

La energía del silencio es poderosa, penetrante, aniquiladora... No queda nadie, ni primera, ni segunda ni tercera persona, nada, la lámpara del ego extinta y apagada... Y en esa atmósfera surgen los *sutras* budistas como una lluvia de sílabas sagradas.

Cada palabra, un estallido de comprensión y compasión, cada palabra tiene un efecto atómico en el corazón... Son las palabras del Buda, palabras de la profunda Tradición.

Una mente más allá de los juicios observa y comprende.

El necio duerme como si ya estuviera muerto, pero el maestro está despierto y vive para siempre. El observa. Tiene claridad.

Felicidad o tristeza; cualquiera que te acontezca, sigue tu camino intacto, desapegado.

En este mundo el odio nunca ha disipado al odio. Solo el amor disipa al odio. Esta es la ley, ancestral e inagotable.

Para enderezar lo torcido primero debes hacer algo más difícil: enderézate a ti mismo.

La maldad es tuya, el pesar es tuyo. Mas la virtud y la pureza también son tuyas. Tú eres el origen de toda pureza y de toda impureza.

Si no puedes sosegararte, ¿qué podrás aprender jamás? ¿Cómo llegarás a ser libre?

Eres como una hoja amarilla. Los mensajeros de la muerte están cerca. Vas a realizar un largo viaje. ¿Qué llevaras contigo?

Todo surge y desaparece. Pero quien despierta, lo hace para siempre.

Mira hacia adentro: como asciende y desciende. ¡Qué felicidad! ¡Que grato ser libre!

Observa lo que es. Observa lo que no es. Sigue el camino verdadero.

El camino no está en el cielo. El camino está en el corazón.

Permanece en silencio, amoroso, sin miedo.

134 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Aquieta tu mente. Reflexiona. Observa.

Vive en el amor. Haz tu trabajo. Pon fin a tus pesares.

Haz lo que tengas que hacer resueltamente, con todo tu corazón. El viajero que duda, únicamente levanta el polvo en el camino.

Como una bella flor, llena de colorido pero sin perfume, así es estéril la palabra hermosa del que no actúa conforme a ello. Como una bella flor, llena de colorido y con perfume, así es fecunda la palabra hermosa del que actúa conforme a ella.

Mejor que mil palabras huecas es una palabra que aporta paz.

Así suenan las canciones del Dhammapada... Y así resuena el Sutra del Corazón en la mente liberada:

La forma es vacuidad, y la vacuidad también es forma. La vacuidad no es otra que la forma, la forma no es otra que la vacuidad.

De la misma manera, las sensaciones, las percepciones, las formaciones y la consciencia son vacuidad.

Todos los dharmas son vacuidad. No hay características, no hay nacimiento ni cese.

No existen ni la impureza ni la pureza. No hay disminución ni aumento.

No hay ignorancia, ni fin de la ignorancia. Ni tampoco vejez y muerte, ni fin de la vejez y de la muerte.

No hay sufrimiento, ni origen del sufrimiento, ni cese del sufrimiento.

Ni camino, ni sabiduría, ni logros ni no-logros.

Como no hay oscurecimientos de la mente, no hay temor.

Todos los budas de los tres tiempos, por medio de la prajñaparamita, despiertan completamente a la insuperable y verdadera iluminación definitiva. El mantra de la prajñaparamita dice así:

***Tadyata om gate gate paragate parasamgate bodhi soha.
[Más allá, más allá, ido más allá; desvelado por completo, despierto;
que así sea].***

Entre el silencio y la palabra no hay separación; entre la escucha y el habla no hay distancia. La Sabiduría no es en las palabras, la Sabiduría Es, Soy... La Sabiduría es y encarna en esta Vida iluminada.



Ahora, súbitamente, se desata una profunda carcajada desde el centro de la galaxia ¡JAJAJA!

¡Es tan “trivial” todo este juego de palabras, tan triviales todos los conceptos, todas estas enseñanzas elevadas!

¡Todo el silencio contemplativo se torna en una gloriosa carcajada!

¡Todo lo que se dice de manera tan pomposa y tan solemne es en verdad tan natural y autoevidente! ¡JAJAJA!

La carcajada es tan potente y disruptiva que, de alguna manera, percibo como se genera cierta tensión en la monjita y la lectura sagrada... Pero no puedo con ello, ¡y la carcajada se desata!

Es la carcajada del Loco o Bufón Cósmico; realmente, no es irrespetuosa, grosera u ofensiva, es simplemente un estallido que se desata ante la pompa y la solemnidad con la que los humanos solemos invocar a la Sabiduría.

136 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

¡Todo parece ser tan profundo e importante, cuando en realidad es tan fútil e insustancial! ¡La Sabiduría ya Es! ¡JAJAJA!

Sí, el Loco se revela trayendo descanso, aceptación y alegría, como un soplo de brisa fresca que alivia la seriedad de la vida.

[En términos psicológicos ya conocía la subpersonalidad de el “loco”; como el bufón de la corte, el loco se ríe del rey y de todos los presentes, y también se ríe de sí mismo, haciendo que las cosas pierdan rigidez y gravedad.

El loco nos enseña a reírnos de nosotros mismos, a no tomarnos las cosas excesivamente en serio, a sonreír a la vida; el loco rescata el sentido de lo milagroso y de la maravilla.

El loco nos recuerda que solo estamos en un baile de máscaras, en un teatro, representando personajes soñados, y que nada de lo que aquí ocurra puede realmente “afectarnos”. (“*Nada real puede ser amenazado*”, reza Un Curso De Milagros.)

En este caso, esta subpersonalidad se revelaba de manera “superlativa”, como un poderoso arquetipo espiritual, o como una de las facetas de Eso, nuestro Rostro Original. “Eso” puede expresarse bajo muchas facetas, entre las cuales suele considerarse una Trinidad fundamental: el Padre, la Madre y el Niño, que representa la Conciencia, el Amor y la Creatividad. El Loco añadiría a esta Trinidad el Humor y la Sonrisa esencial].

Arrebatado por el Loco me levanto como puedo y me retiro con la bendita chifladura.

El Loco, verdaderamente, es pura Aceptación, y pura Lucidez; la clara comprensión sentida de “*todo está bien*”.

Todo lo que es percibido “*está bien*”; sea lo que sea que aparezca en esta danza de existencia, “*está bien, es lo que es*”.

Si va por aquí está bien, si va por allá también... Si es por arriba o si es por abajo... Si es por fuera o es por dentro... Si es en el sujeto o es en el objeto... Si es en el silencio o es en los conceptos... Si es en el Espíritu Santo o es en el ego... Si es en la consciencia o es en la inconsciencia... Si es en la aceptación o es en la resistencia... Si es en la luz o es en la tiniebla... Si es o no es... Todo está bien... Lo que Es, es Lo que Es.

Todo es importante y nada es importante. La Paradoja Divina en este Juego de claroscuros y contrastes.

Todo se resume en esta pajita seca girando entre los dedos “tururí, tururú”; aquí, la respuesta definitiva, aquí, el tan alabado Templo de la Sabiduría. ¡JAJAJA!

Así de sencillo, así de autoevidente, ¡así de misteriosa esta Existencia inexistente!

Belleza, Humor, Aceptación... Profundo Descanso, la Gracia en el Corazón.



Ahora, un haz de luz me guía de nuevo hacia el grupo, y la monjita nos ofrece una tercera toma... La Abuela nos invita a una última “dosis heroica”.

Suavemente, todo se recoge en el Silencio del Espíritu.

Radiante plenitud, radiante vacuidad... El *samadhi* se revela como el estado de ser natural.

Las formas, los pensamientos, los conceptos, son juegos del Espíritu.

Ser algo, ser alguien, solo es un concepto.

138 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Más allá de todo concepto, la Paz.

Paz con todo... También con el ego y los conceptos.

Solo existe un Paisaje. Un Solo Sabor.

Todo es Espíritu.

El Deleite es el secreto de la Creación.



La primera toma me muestra la Belleza. La segunda me muestra el Humor. La tercera me muestra el Silencio Perfecto, la ausencia de “yo”.

A esto se refería la monja-chamana cuando señalaba hacia la ceremonia de iluminación. Y, desde entonces, a mí me ha surgido llamar *satori-yagé* a esta revelación.

***Presencia en lo Inefable. Sonrisa en el Corazón.
Infinita Inteligencia. Infinita Compasión.***

TODO ES SIN “MÍ”

(Pirineos. Otoño 2015)

EN EL OTOÑO DEL 2015 el viaje iniciático me lleva a la montaña pirenaica. Un viaje de soledad, de ceremonia y de montaña, ¡exquisita golosina para cuerpo, mente y alma!

Los primeros días asciendo las cumbres míticas de Posets y alrededores, desgasto las suelas por las interminables laderas de piedra, dreño todo lo acumulado a través del sudor y de la combustión del cuerpo y mente... Alivio el alma en la naturaleza de la montaña y el corazón salvaje se recrea venturosamente.

Un mañana, asciendo a la cabaña de pescadores, en el valle de Vallibierna, a las faldas del gigante Aneto y la cresta del Tempestades. Se trata de un clásico punto de partida para las caminatas estivales, pero en el otoño se respira en una atmósfera de inmensa calma y gozosas soledades.

Aquí pasaré tres días de ceremonia, de ser en la montaña, de buscar agua y portar leña, de lectura fecunda, de *zazen* y de solaz... Un regalo maravilloso, una gran dicha, una gran paz.



La segunda mañana es día de medicina y de ritual. Unas copas rojas sobresalen a media ladera, esa es la señal, hacia allí comienzo a caminar.

140 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

En apenas treinta minutos arribo a un espacio mágico; las copas rojas de los serbales y un círculo de piedras maestras me dan la bienvenida, se siente una gran fuerza, tengo la sensación de entrar en un “portal” natural. Despliego las mantas y acomodo un espacio para la sentada y el ritual.

El Abuelo Hongo me da su bendición. Honda meditación.



Al poco, una sombra aflora de manera muy viva... Sí, se revive una “carnicería”, el trauma de la infancia al extirparme las anginas... La sensación es la estar en una sala de tortura, varias personas me agarran y me introducen herramientas afiladas en la garganta, hay sangre, gritos, violencia... Y una abrumadora sensación de fondo ¿dónde están papá y mamá?

Revivo el trauma intensamente, surge el dolor, la furia, la rabia... Una violencia instintiva, muy primaria.

En ese espacio de consciencia, de comprensión y compasión, todo es liberado, y me introduce naturalmente en el proceso del perdón.

La liberación, el perdón... El perdón, la liberación...

Se perdona lo sucedido, se perdona a los padres, y me perdono a mí mismo. Toda la furia primaria, la agresividad, el ardor del fuego interior... Todo es acogido en la consciencia-corazón.

Ahora, surge una llamarada poderosa, me adentro en ella, y me siento en el fuego abrasador, me dejo acariciar por las escamas del dragón. Asisto a la danza del fuego en una atmósfera de profunda compasión.

Todo es sin "Mí"

141

Me entrego a la danza, y entonces surge el Buda sonriendo –sereno e intacto– entre las llamas.

El fuego solo es fuego... Un poder maravilloso... Es Pasión, y es Compasión.

Cuando el fuego entra en el ego surge el odio y la agresividad, el miedo y el rencor.

¿Cómo cuidar esta singularidad que llamas "tu" mismo, sin ego, sin miedo ni agresividad? ¿Cómo manejarse en el mundo de las formas y de la dualidad?

Mantén el fuego en el hara, y súbelo hacia el corazón... Permite que allí irradie su poder, su valentía, su determinación, su potencial para la transformación.

Entonces, haz lo que no puedas dejar de hacer... Permite que la acción surja del corazón.

Sea como sea, "que no te invada el odio", permanece consciente para que el fuego no suba a la mente.

Mantente centrado y sosegado... Observa la situación "integralmente".

Todo el mundo hace lo que sabe y lo que puede. Todo el mundo es inocente.

En esencia, nuestras obras no nos pertenecen.

Todo sucede en el seno de la Totalidad.

El Amor es la Verdad, y la Verdad es Unidad.

La culpa nos mantiene separados, ¿necesitas seguir aferrado a esta irrealidad?

142 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Tras el encuentro con la sombra, una gran paz aflora... Regreso al silencio, y todo se ahonda.

La consciencia se expande de manera vertiginosa, la energía, la fuerza del Abuelo, es poderosa... Los ojos se abren y aparece un mundo fluido y ondulante... La montaña que contemplo, me contempla, y se deforma, se abalanza sobre mí como una gigantesca ola.

Sí, la energía es poderosa... La percepción ya no es tan rígida, ni tan sólida, ni tan tosca... Las cosas no son cosas... Solo es “plasma” que fluye en mareas de energía y corrientes nebulosas.

Tras la psicodelia del mundo, todo se sosiega en la consciencia... Entonces, súbitamente, la consciencia se desliga de “mí”, del sujeto que observa.

Hay una especie de “desdoblamiento o deslocalización”, algo así como una proyección astral en la que me veo sin reconocermelo como “yo”.

Surge una realidad indiferenciada... Asisto a mi disolución.

Percibo el cuerpo como algo fundido en todo, la mente como un eco lejano, los pensamientos como el canto de los pájaros.

Percibo sin memoria, sin identificación, sin limitación.

Todo es sin “mí”. Todo es sin ninguna mediación.

Se ve como este cuerpo camina, como bebe, como orina... Se ve como algo que está “ahí”, como el resto de la naturaleza y de las cosas.

Hay consciencia, pero no hay un sujeto consciente; no hay un sujeto interior frente a los objetos del medioambiente.

Todo es sin "Mí"

143

Todo es indiferenciado, todo es y no es... Todo y nada es interdependiente.

Solo hay fluir, fluir en todo. Fluir sin "mí", y sin lo "otro".

Todo es sin mí... ¿Dónde estoy yo?

En ninguna parte, en cada cosa, en todo.

Todo es sin mí... Pero soy en todo.

¿Quién soy yo?

O soy nada o soy todo. Es inexpresable.



Ahora, hay caminar, solo caminar hacia un árbol caído que hace de señal.

El árbol caído apunta hacia un gran árbol seco, erguido majestuosamente en la pradera como un centinela del mundo secreto, como un maestro.

En su base, una cueva de madera invita a entrar y a reposar... Se entra en la oquedad, silencio, quietud, recogimiento... Un descansar en el útero secreto.

Una gran paz, todo se sumerge en el misterio no-dual.

Ahora, los ojos se abren, y se escucha musitar una voz suave:

Nada se gana. Nada se pierde.

Todo lo que nace, muere. Todo lo que muere, nace.

La actividad deviene en pasividad. La pasividad deviene en actividad.

Lo que se crea aquí se destruye allá. Lo que se destruye aquí se crea allá.

144 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Fluir, fluir, fluir... Sin dividir, sin separar.

No-dos es la única Realidad.

Cuando se sale del árbol, se vuelve a caminar, ahora, hacia la garganta de piedra donde se escucha al torrente murmurar.

En la garganta, canciones de agua... Se bebe, hay beber, un apagarse la sed... Todo sucede por sí mismo, pura inmediatez, pura desnudez.

Sentado, se ve el agua fluir naturalmente, y entonces, una pregunta surge en la mente: ***¿cuál es la moraleja de todo esto?***

A lo que el Bufón responde: ***la moraleja es que no hay moraleja, ¡JAJAJA!***

¡Tremenda carcajada!

¿Cuál es la moraleja? No hay moraleja, no hay enseñanza, no hay nada. ¡Solo existe la imaginación de una Mente Bienaventurada!

Tras este caminar por la montaña, se retorna a la colina de los serbales arcoíris... De nuevo a la sentada.



Al cerrarse los ojos, una apertura infinita, una insondable vacuidad.

Y ahora, un vértigo aparece viendo como se derrumban las últimas paredes entre ilusión y Realidad.

El “yo” despierta ante el Abismo y la Inmensidad.

Sí, una forma de miedo instintivo reconoce que este diminuto cuerpomente no puede asumir esta Inmensidad, literalmente presente que va a estallar o a colapsar.

Todo es sin "Mí"

145

Algo en la consciencia quiere plegarse de nuevo, encontrarse como un individuo concreto, como un sujeto, como una singularidad.

El "yo" quiere que regrese a ello... Regreso a ello... Quiero regresar...

Quiero centrarme en "mí", encontrarme en algún momento, en algún lugar, pero no puedo, el Abismo me jala como un agujero negro se traga la luz y la gravedad.

El miedo a la disolución definitiva, y a nunca regresar.

Sentado, me arraigo con toda mi fuerza a la tierra... Inclino el cuerpo hacia ella... Sin palabras, le pido que me sostenga.

La Madre me sostiene, y suavemente todo se sosiega.

Cuando abro los ojos de nuevo hay un "mí"... O empieza a haberlo...

"Yo" aparezco, voy apareciendo...

Descubro el anhelo de lo concreto, de regresar a mi centro.

Me doy cuenta... Lo abrazo, lo perdono, lo comprendo.

Así es como es... Así es como son las cosas en este momento.

Retorno a mí, y retorno aliviado.

Descubro la culpa de la separación, y lo perdono, me perdono ser humano.

Me perdono esta inmersión en el mundo, este representar la Divina Comedia y este soñar conmovedor... Perdono que las cosas sean como son.

146 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Relájate en tu condición humana, es como es, es perfecta... Todo es en el Océano de Perfección.

Si aquí surge una experiencia de ser "yo", es porque así ha sido concebido en el Amor.

Comprendo el juego del mundo, y respeto sus ciclos creativos; perdono y agradezco este juego del Espíritu entre el olvido y el recuerdo de Sí mismo.

Agradece, siempre agradece.

Asiente al Misterio. Admira el Milagro. Recuerda el Corazón.

Celebra la existencia, en este cielo y esta tierra, ¡y disfruta de tu propia creación!

Escucho y comprendo como el Padre y la Madre SIEMPRE están presentes, velando inteligente y amorosamente, en todo lo que es, y en todo lo que acontece.

El Amor es la Verdad. La Verdad es el Amor.

Padre y Madre son un mismo Corazón.

Y Eso, soy Yo.

¡Alabada sea la Bendición!

“LO QUE ES” ES “LO QUE ES”

YAGÉ OSO COFÁN. TIERRA DE GREDOS (Guisando. Primavera 2018 y 2019)

LA FUERZA RENACIDA DE LA PRIMAVERA insufló en mi corazón la llamada de la Abuela; la “liana de las almas” se descolgaba del Árbol de la Memoria para hacerme ascender nuevamente por ella.

En esta ocasión, Tierra de Gredos nos convocaba para una ceremonia del Taita Oso Cofán, perteneciente a una comunidad indígena del Putomayo (Colombia). Una ceremonia, ciertamente, muy tradicional; purificaciones, ícaros y pases mágicos formaban parte del ritual... Sí, todos los elementos de una ceremonia de sanación ancestral, que finalmente abría el portal a la dimensión espiritual.

En la siguiente primavera se repitió la misma ceremonia, pero con distinto chamán; en ambas, fue derramada la Gracia y la Bendición espiritual; en ambas, dos sorbos de Amor Divino para saciar la sed del alma con el Recuerdo primordial.

[Como el proceso y la revelación fue bastante similar, se describen aquí como un solo episodio que bien puede orientar sobre algunas fases en la ceremonia de ayahwasca].

148 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Todo comienza con una paz contemplativa.

Hasta que el jaguar, te da la bienvenida.

El jaguar te mira a los ojos, y se vuelve, esperando a que le sigas.

Sí, el jaguar es el espíritu-guía.

El jaguar te conduce sigilosamente en la floresta, dejando huellas luminiscentes a través del mundo astral... Y, cuando quieres darte cuenta, ya estás al “otro lado”, has atravesado el portal.

La mente profunda se manifiesta, los mundos ocultos se revelan con desenvuelta claridad.

Surge la “psicodelia edénica”, figuras de luz abren las dimensiones y resplandecen los mundos sutiles en toda su gloria y potencialidad.

Afloran los símbolos mágicos, la geometría sagrada, los fractales fluidos y las *mandalas* esmeralda, como memorias insondables de una mente que ha sido liberada.

El éxtasis, al contemplar los flujos creativos de la Belleza revelada.



Ahora, tras la eclosión creativa, llega el momento para sanar la herida.

Surge la náusea, la sombra de la mente-corazón aún viva... El Terapeuta hace su terapia, la Mano Sanadora, su cirugía.

Tras la sanación, la música medicina comienza a caer como una lluvia divina... Cada acorde y cada palabra repercuten en el alma como gotas de agua bendecida.

“Lo que es” es “lo que es”

149

Ícaros y cantos plenos de fuerza, gracia y maravilla, el mismo Canto del Espíritu que despierta la Semilla.

Melodía divina, himnos de amor y devoción... *¡Claro que sí, claro que sí!* Asiente el corazón extasiado en cada oración.

Entonces, empapado bajo esta lluvia divina, acontece el arrobamiento del Amor.

Conciencia de Unidad, radical Aceptación.

La Absoluta Comprensión de lo evidente:

***Lo que Es, es Lo que Es.
Y todo está bien.***

Todo lo que surge, todo lo que acontece, está bien, es perfecto, es Lo Que Es.

No es una mera aceptación psicológica (siempre relativa a su contraste gemelo, la resistencia), es Aceptación radical, esencial, fundamental, un trasfondo que comprende y está en perfecta paz con todo “lo que es”, incluidas todas las formas de resistencia psicológica y juegos dualistas del ser.

Es la Aceptación incondicional de todo el espectáculo, en la materia, en la vida y en la mente. Aceptación no-dual que extiende su Mano amorosa sobre toda forma de existencia, delicada y compasivamente.

[Por momentos, se siente que para el cuerpomente es difícil asumir energéticamente tanto Amor y Devoción; como que *“el continente es muy pequeño para tan inmenso contenido”*, que hace falta “salir” del cuerpo para poder asumir todo esto sin colapsar los nervios y la capacidad de los sentidos.]

150 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Amor, Amor en todo, Amor solar... Todo Lo que Es recibe su Luz, su Calor, su Bendición... Todos los seres, de todos los mundos... Linajes minerales, vegetales y animales, linajes humanos y linajes galácticos... Amigos y enemigos, seres que sonrían y seres que padecen sufrimiento y limitación... Todo es abrazado por la Energía del Amor.

Amor a esta personita tan cercana, a esta historia personal tejida con todas sus comedias, sus alegrías y sus dramas... Amor al cuerpo, a la emoción, a todas las voces de la mente y laberintos de palabras.

Amor hacia cualquier faceta, rasgo o dimensión del ser, Amor incluso hacia el péndulo hipnótico del ego, a la “hipnosis divina” en la que nos sumimos y nos olvidamos de ser... Amor absoluto a Todo Lo que Es.

Lo que Es, es Lo que Es...

¡Menudo descubrimiento! ¡JAJAJA!

[Miles de vidas siguiendo el rastro de la Filosofía y de la Tradición de Sabiduría, para llegar a comprender lo Autoevidente, que “Lo que Es, es Lo que Es”, ¡al final esa era la “respuesta” tan obvia y tan sencilla!]

Lucidez, Aceptación, Compasión, Alegría, y Humor... El Padre, la Madre, el Niño y el Bufón.

La lluvia de la Gracia empapa el Corazón.

“Lo que es” es “lo que es”

151

Presencia Lúcida, Discernimiento, Comprensión.

Perdón, Ternura, Compasión.

Bienaventuranza, Devoción, Revelación.

Belleza, Humor, Aceptación.

Gratitud, Sonrisa Iluminada.

Misterio en el Profundo Corazón.

¡AHÓ!

POEMAS DE LA ABUELA



TODO ES ARENA

Nada perdura. Todo es efímero y perecedero.

Todo fenómeno se escurre entre los dedos como la arena del desierto.

Todo es arena en movimiento.

Tratar de aferrarse a la arena conduce al sufrimiento.

Lo arena, ni se puede aprehender ni se puede perder, simplemente fluye en la totalidad de lo que es.

“*Nada es importante*” dice la Sabiduría. “*Todo es importante*” dice el Amor. Este es el secreto que alberga el Corazón.

TODO ES UN SOLO SABOR

Toda polarización es imaginaria.

Todo lo anima un solo Latido.

Todo es un solo Sabor.

Todas las dimensiones se intersectan en el Profundo Corazón.

La culpa y la inocencia, el miedo y el amor.

El bien y el mal, el santo y el pecador.

La náusea y el éxtasis, la contracción y la expansión.
Todo coexiste. Todo está mezclado. Todo está interconectado.
Todo *inter-es* con todo lo creado.

TODO ES AHORA

Todo es Ahora.
Todo emerge creativamente en el momento presente.
El tiempo (el pasado y el futuro) también ocurre en el presente.
El tiempo es un juguete de la eternidad.
El mundo es un juguete.
La mente es un juguete.
El ego es un juguete.
Al Niño Divino le encanta jugar.
El Padre y la Madre se abrazan y le ofrecen campos de infinita
posibilidad.

TODO ESTÁ EN EQUILIBRIO

Esencialmente, todo está en equilibrio.
Aparentemente, en este mundo podemos percibir ciertos
desequilibrios locales.
Solo se ve el “desequilibrio local” si se discrimina del “contexto
universal”.
Todo sucede en la mente.
Todo desequilibrio es mental.
Este desequilibrio también forma parte del Equilibrio universal.
Todo se compensa en la Balanza Cósmica.
Equilibrio dinámico es Universo. Equilibrio Perfecto es Vacuidad.

154 **Meditación y enteógenos** Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

TODO ES PERFECTO Y TODO ESTÁ BIEN

Las cosas son como son, porque el universo es como es.

Todo es perfecto.

Todo es como tiene que ser.

Todo es coherente.

Todo sucede dentro de un Orden Cósmico Trascendente.

Este momento es perfecto.

Tu vida es perfecta.

Tú eres perfecto.

Todo está bien, tal como son las cosas, tal como eres.

Cualquier percepción de que hay algo “erróneo” en la creación es simplemente falsa. (Y eso también está bien).

Todo está bien. Totalmente.

TODO ES AMOR

Todo lo que hay es Amor vertiéndose y fluyendo.

No necesitas entenderlo, porque no se puede explicar ni justificar.

El Amor es la floración del Ser natural.

El Amor es Conciencia, la Conciencia es Amor.

El Amor es la respuesta a la pregunta ¿Quién soy Yo?

Solo existe el Amor. Todo lo demás es una ilusión.

Cuando se disipan las nubes, resplandece el Amor como el Sol del Corazón.

LA CUEVA DEL MAL

SANTIDAD EN LA OSCURIDAD

(La Pedriza. Invierno 2020)

EN DICIEMBRE DEL 2020, en plena noche oscura plandémica, y a las puertas del “Apocalipsis” (Revelaciones), fui convocado nuevamente por la Abuelita Ayahuasca, esta vez en la Pedriza de Guadarrama, mi nido espiritual, y también el patio trasero de mi casa.

Sí, eran los tiempos donde los “*demonios campaban por el mundo a sus anchas*”, tiempos de restricción, confinamiento, censura y estigmatización, tiempos de guerra “abierta y encubierta” contra la humanidad, una guerra biológica, psicológica y espiritual. Sí, era los tiempos de la psicosis colectiva, del colapso cognitivo y espiritual de la humanidad, y, a la vez, eran los tiempos de la revelación, la liberación y el despertar. Sí, en esos tiempos la humanidad se debatía entre la luz y la tiniebla en una decisiva encrucijada; podíamos ir hacia una era distópica, transhumanista y totalitaria, o hacia una era utópica de una humanidad espiritualizada y liberada. (O bien, como algunos señalan, hacia una era donde ambas humanidades potenciales finalmente se bifurcan y devienen en líneas evolutivas separadas).

En este contexto llegaba la ceremonia, y, de alguna manera, presentía como las fuerzas oscuras que ahora se saciaban en los mundos invisibles podían ser expuestas y confrontadas. Aun así,

156 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

confiaba en la fuerza de la Medicina para permitirme iluminar esa oscuridad que ahora se retorció en el “bajo astral” de manera tan crítica y desesperada.

Sí, alguien escuchando todo esto podría llegar a sorprenderse, o asustarse... Pero, ¿no era todo Amor, Inteligencia y Perfección? Naturalmente que sí, pero esto no excluye los infinitos mundos, las infinitas fuerzas y los infinitos seres que surgen en los planos de manifestación, incluidas las fuerzas oscuras que surgen de la dualidad y la polarización.

En el Bhagavad Gita (uno de los textos sagrados más importantes del hinduismo, y de la épica espiritual de la humanidad), Krishna le pregunta a Arjuna si realmente quiere contemplarle como Krishna en su totalidad. Arjuna asiente, y entonces Krishna se muestra a Arjuna como un todo; lo benévolo y lo malévolo, lo simbólico (unir) y lo diabólico (separar), lo delicado y lo grotesco, lo tierno y lo violento, etc. Arjuna, estremecido por esta visión, le ruega que pare, que solo quiere al Krishna benévolo. Pero Krishna le dice: “*yo también soy eso*”.

En los planos de manifestación existen las fuerzas polares, el positivo y el negativo, y las fuerzas de la dualidad, expresada a través de las fuerzas de la luz y las fuerzas de la oscuridad. No es una cuestión ética o moral, se trata simplemente de una polaridad energética natural.

Estas fuerzas polares operan en toda manifestación de la Naturaleza; fuerzas creativas y fuerzas regresivas que, a través de este juego de luces y sombras, de claroscuros y contrastes, crean nuestra experiencia del mundo y de la realidad.

Efectivamente, los polos, en esencia, son Uno (no-dos). Los polos simplemente marcan la oscilación del péndulo de un lado al otro, pero el Eje, el punto quieto sobre el que oscila, siempre es Uno y el mismo.

En esencia, Todos somos Eso. Puro Amor, Pura Conciencia. Somos Eso, y a la vez representamos distintas singularidades y naturalezas, las que todos los seres en su infinita diversidad manifiestan.

Dentro de este abanico infinito existen seres más orientados a una o a otra polaridad, seres movidos por las fuerzas de la luz o de la oscuridad, sin embargo, sea como sea lo que tenga que representarse, todo parte y regresa a la misma Fuente Original.

Dentro de su plan evolutivo, el alma puede “elegir” una experiencia en la justicia o la injusticia, en la verdad o la falsedad, en la benevolencia o la maldad... Esta es la aventura interior del alma: integrar la dualidad en el Espíritu (revelar la Verdad del Espíritu a través de esta aventura en la dualidad).

[Más allá de la Matrix]

Y, a través del placer y del dolor, del bien y del mal [...] El infinito río de alma fluye al océano de perfección, a la autorrealización, al recuerdo de su Naturaleza Divina.

[Swami Vivekananda]

Espiritualidad evolutiva, espiritualidad involutiva

Como vemos, esta libertad (libre albedrío) le permite al alma orientarse hacia una espiritualidad evolutiva o involutiva, creativa o regresiva, a favor o contracorriente del flujo natural de la consciencia y de la vida.

La espiritualidad evolutiva podría sintetizarse en la frase del místico sufí Abdalah: “*Dios es yo, y yo soy Dios cuando dejo de ser yo*”.

La espiritualidad involutiva, por su parte, le da la vuelta a esta frase: “*Dios es yo, y yo soy Dios sin cesar de ser yo*”.

158 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Como tan maravillosamente señala Emilio Carrillo, este “querer ser Dios sin dejar de ser yo”, este endiosamiento del ego (o esta pretensión de suplantar a Dios), es lo que simbólicamente se representa como la Caída (la caída de los ángeles o los ángeles caídos). Esta Caída, en realidad, es una caída vibracional; es la soberbia, el engreimiento y la excelsa vanidad, lo que hace bajar la vibración, y eso es lo que comúnmente se conoce como el “mal”.

***El Señor concedió la libertad a todas las almas.
¿Incluso la libertad de hacer el mal?
El mal es causado por conflictos en el libre albedrío.
El Señor extiende Su mano de Ayuda,
Incluso a las almas que emplearon mal su libertad.
[Las leyes del Sol]***

El bien y el mal

Cada mala acción contrae la naturaleza del alma, cada buena acción la expande.

[Bhagavad Gita]

Esta espiritualidad evolutiva o involutiva, estas fuerzas de la luz y la oscuridad, hacen que finalmente surja la consciencia del bien y el mal. El bien y el mal simplemente representan una polaridad natural (antagónica y a la vez complementaria), que a su vez tiene su origen en la más sutil dimensión espiritual.

“*El mal solo es un punto de vista*”, dicen algunos magos negros, cierto, pero también es una realidad fenoménica y energética; el mal extrae y succiona la energía de los demás, el bien nutre de energía a los demás. En los planos de manifestación esa es la diferencia fundamental.

[Claro, a un nivel biológico “todo es comida para todo”, todo vive de la energía de todo lo demás; toda la existencia se sostiene en un “intercambio nutritivo de energía” dentro de un orden dinámico natural. A este nivel, no aplica esta consciencia del bien y el mal. Esta consciencia aplica a un nivel psicológico y espiritual. Cuando ese intercambio natural se distorsiona por la dinámica del ego –anclado al miedo, la ambición y el afán de dominación–, es cuando se genera esta consciencia del bien y el mal.]

El bien tiene que ver con el servicio y el mal con la explotación de los demás. El mal, al vivir de la energía de los otros, necesita engañar, manipular, controlar, explotar y dominar, esta es la conducta y el idioma básico del mal. El bien, por su parte, usa el idioma del amor y la verdad, y lo que surge es el impulso natural de aliviar, empatizar, sostener, ayudar y liberar.

***El mal “cosifica” la existencia, el bien la “espiritualiza”.
El mal niega la Verdad del Espíritu, el bien la expone y vivifica.***

Cuando se vive de la energía de los otros significa que uno se ha desconectado de su propia fuente de energía espiritual, se ha olvidado de Sí mismo, y esto es la ignorancia fundamental. Cuando se nutre y se cuida a los otros, se es consciente de esa fuerza que desborda, y se es consciente de la comunión con la vida en su totalidad (se es consciente o al menos se intuye esta verdad).

En definitiva, el mal tiene que ver con la ignorancia y el bien con el conocimiento verdadero. Por lo tanto, en términos prácticos, sí que existe una notoria diferencia entre el bien y el mal (tan concreta como la que existe entre la compasión y el desprecio, o la ternura y la crueldad), por mucho que el mal quiera disfrazar, a través de sus argucias, esta sencilla realidad.

El amor no es una emoción ni un sentimiento, sino la verdad última del corazón. La experiencia del amor hace imposible que lastimemos

o seamos lastimados y es una expresión de profunda paz. La paz, el amor, la verdad, la creatividad y la armonía son impulsos evolutivos del Universo. Por supuesto, el universo también tiene los otros impulsos de destrucción, caos y violencia, que son parte de la existencia. [...] Y es por eso que el Universo se crea y se re-crea a sí mismo. Si sólo tuviéramos la paz, el amor y creatividad, no habría nada que hacer. Usted es actor, así que sabe que se necesitan personajes buenos y malos en las películas. La esencia de la creación son los contrastes.

[Deepak Chopra]

¿La ignorancia es la felicidad?

Existe en ciertos ambientes “espirituales” la tendencia a ignorar esta realidad del lado oscuro de la Fuerza. Ya se sabe, poner consciencia en las cosas “oscuras” baja la vibración; hay que vibrar en la buena onda y el amor. En realidad, esta afirmación es la versión espiritual de “*la ignorancia es la felicidad*”, la cual, por cierto, es el *mantra* básico de las fuerzas de la oscuridad.

La oscuridad solo subsiste en la oscuridad, la inconsciencia es su hábitat natural. Únicamente la lámpara de la consciencia la puede transformar, integrar y liberar.

Despertar implica ser conscientes de uno mismo y del mundo en el que vivimos (efectivamente, esto no quiere decir que haya que revolcarse en los aspectos oscuros de la realidad, sino de simplemente ser conscientes; “*ni calvo ni con siete pelucas*”, que diría mi abuela). Pero claro, tanto en uno mismo como en el mundo habita esta oscuridad que tanto cuesta asimilar, por eso asumimos de manera tan condescendiente la fórmula de “*la ignorancia es la felicidad*”.

Pero no, la ignorancia no es la felicidad, sino el origen de todo sufrimiento; la ignorancia es la oscuridad en sí misma, lo que nos libera e ilumina es el verdadero conocimiento.

Pero hay estamos, ignorantes e inconscientes del “lado oscuro” del mundo y de nosotros mismos, con esa sonrisa de careta y ese buenismo de pacotilla, no vaya a ser que se nos baje la “vibra”.

“*Todo está bien*” se dice... Si todo está bien ¿por qué no se quiere reconocer ni acoger esta realidad? Porque esta afirmación no surge del amor sino del miedo, es meramente una fórmula elevada de evasión y encubrimiento. En resumidas cuentas, es un “bypass espiritual” de manual, otra de las tantas argucias de la oscuridad.

Pero aquí también se ha dicho repetidamente: “*todo está bien*”. Sí, pero ese “*todo está bien*” incluye y es plenamente consciente del lado oscuro de la Fuerza. La Aceptación radical solo es posible en la consciencia del “bien” y del “mal”, de la luz y la oscuridad. No deja de ser irónico, y paradójico; la Aceptación no-dual requiere reconocer y respetar las fuerzas de la dualidad.

Amar no consiste en negar, evitar o soslayar los aspectos “oscuros” de la existencia, sino más bien asumirlos y aceptarlos en una consciencia de totalidad.

El Amor no tiene que ver con excluir, sino con incluir. No tiene que ver con disociar, sino con integrar. No tiene que ver con evitar, sino con abrazar. No tiene que ver con reprimir, sino con liberar.

Y, por lo demás, como dice el maestro Hellinger: “*con amor, solo con amor, no basta; tiene que haber orden*”. En este caso, “orden” implica consciencia, lucidez y discernimiento, esto es, verdadero conocimiento.

162 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Sin este conocimiento, el amor y la ignorancia de la mano pueden producir las formas más abyectas de explotación psicológica y espiritual.

En definitiva, el Despertar implica Lucidez y Amor, Comprensión y Compasión, Discernimiento y Devoción. Esa es la Verdad del Profundo Corazón.

Uno no alcanza la iluminación fantaseando sobre la luz sino haciendo consciente la oscuridad.

La gente podrá hacer cualquier cosa, no importa cuán absurda, con el fin de evitar enfrentar su propia alma.

Lo que niegas te somete; lo que aceptas te transforma.

La cosa más aterradora es aceptarse a sí mismo por completo.

Tu visión devendrá más clara solamente cuando mires dentro de tu corazón.

Aquel que mira afuera, sueña. Quién mira en su interior, despierta.

El inconsciente no es algo malo por naturaleza, es también la fuente de bienestar. No sólo oscuridad sino también luz, no sólo bestial y demoníaca, sino también espiritual y divina.

La oscuridad de la psique debe ser aceptada, entendida y, en última instancia, reconciliada con la luz, en un estado de totalidad que no es ni luz ni oscuridad, sino una condición que las incluye a ambas, y que es más que cualquiera de ellas.

Hay tan poco mérito en ser bueno, como poco vicio o pecado en ser malo: en esto nosotros no hacemos sino representar los papeles que nos han dado. [...] De una manera u otra somos partes de una sola Mente que todo lo abarca.

[C.G. Jung]

La bondad no reinará en el mundo cuando haya triunfado sobre el mal, sino cuando nuestro anhelo por el bien deje de estar basado en la derrota del mal.

La única maldad del psiquismo humano consiste en no poder unir o reconciliar los distintos fragmentos de nuestra experiencia. Cuando aceptamos todo lo que somos –incluida la maldad– hasta el mismo mal se transforma. Cuando logramos armonizar las distintas energías de nuestro psiquismo, el rostro sangriento del mundo asume el semblante de la Divinidad.

[Andrew Bard Schmookler]

La sombra del ombligo

Lo físico es una manifestación de lo energético. Lo energético es una manifestación de lo psíquico. Lo psíquico es una manifestación de lo espiritual. Lo espiritual es una manifestación de lo Real.

Como hemos visto, el mundo “invisible” también puede comprenderse como el mundo psíquico donde operan los arquetipos y las fuerzas del inconsciente. A su vez, en el proceso de sanación psíquica podemos encontrarnos con tres niveles de profundidad; la mente (sombra psicológica), el corazón (la herida de la vida), y el ombligo (lo primario y ancestral).

La sombra de la mente tiene que ver con las formas mentales, con las creencias y programaciones inconscientes, y en general con nuestra percepción de la realidad (la percepción del mundo y de nosotros mismos).

La sombra del corazón tiene que ver con la “herida de la vida”; lo que sentimos, la dimensión energética y emocional.

164 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

La sombra del ombligo (estómago, intestino) tiene que ver con el “inframundo”. Es la “bajada a los infiernos”, donde anida la sombra primaria y ancestral, donde se desenvuelven los arquetipos de la oscuridad fundamental.

Aunque ya había vivido y naturalizado la emergencia de la sombra en las diversas ceremonias, y aunque ciertamente había confrontado algunos momentos de perturbadora y extrema intensidad, en realidad, es honesto confesar, que la experiencia siempre había estado sólidamente sostenida por la Gracia del Amor y la Verdad. Desde aquí, había drenado y liberado la sombra de la mente y la del corazón con profusión. Pero esta vez fue diferente, radicalmente diferente. Tras largos años de ceremonias con la medicina, de abrirse de par en par los cielos y revelarse la Gloria Divina, había llegado el momento de bajar a los infiernos; había que liberar la sombra del ombligo, confrontar la oscuridad del mundo y del inconsciente colectivo.

La noche de Halloween

La noche es fría y húmeda... El toque de queda –como dice Robe– deja las calles desbordadas de soledad.

La atmósfera es silenciosa, muy pesada... Es el silencio de los cementerios, el peso de la alegría del mundo secuestrada.

En esta noche, un pequeño grupo de almas amigas se acurrucan para compartir ceremonia y madrugada.

Formamos el anillo, y un enrarecido plenilunio me atraviesa desde la ventana.

La chamana nos ofrece unas palabras y nos ofrece la medicina sagrada, Abuela Ayahuasca.

Sentado en meditación, me abro a la revelación.



En un momento dado, la chamana rompe el silencio: *“si a alguien se le aparecen arañas o cucarachas, bichos que se le suben por el cuerpo, que se los quite de encima así”* (nos muestra una especie de “pase mágico”, con el gesto y el sonido de apartar los bichos con las manos –shhh, shhhh–). Sin embargo, en mi caso, escuchar esto precisamente lo despierta, y desencadena la caída en la lóbrega caverna.

Al momento, toda suerte de insectos inmundos y viscosos, cucarachas y escolopendras, reptan por mi cuerpo acongojado... Hago los pases mágicos, pero cuanto más trato de evitarlo, más lo despierto y más lo atraigo.

[Toda la ceremonia es profundamente arquetípica, y uno de los relatos arquetípicos más presente es el de “el Señor de los Anillos”. En este caso, se representa esa imagen cuando el jinete espectral Nazgul se aposta y olfatea la presencia de los hobitts escondidos en las raíces del árbol; la mera presencia del jinete hace que surjan a borbotones insectos y escolopendras que reptan por sus cuerpos asustados y asqueados].

Tras la eclosión insectoide, aflora abruptamente la “psicodelia oscura”, el reverso tenebroso de la “psicodelia edénica”.

Es difícil describir esta psicodelia con palabras humanas, es visual, pero sobre todo es muy sentida, en el alma y las entrañas.

166 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

De los *mandalas* de geometría sagrada esmeralda, ahora aparecen tétricos *mandalas* con formas de telas de araña... Gotas de un rocío de sangre penden sobre la tela, en fluorescencias bermejas y azuladas... Al ampliar la imagen, puedo ver que esas gotas que intersectan son en realidad calaveras y cabezas degolladas.

Siniestra psicodelia, fractales de sangre y llaga... Espectros demoníacos emanan desde el centro del *mandala*.

Sentado en meditación, contemplo como esta psicodelia oscura es sostenida por la consciencia-corazón... La vertical de la sentada, la respiración apaciguada, la quietud y el centramiento en el *hara*.

La psicodelia se detiene, un momento de vacuidad en la oscuridad; la sensación es energética, es el prelude antes de ingresar en la “cueva del mal”.

[Esta “cueva” es otro arquetipo recurrente que aparece, por ejemplo, en la saga de Star Wars, cuando el joven Luke es iniciado por Yoda en los pantanos del planeta Dagobah; en un momento dado, Luke tiene que adentrarse en la “cueva del mal”, donde se encontrará con “lo que lleve con él”, los miedos secretos que dormitan en lo inconsciente].

Entonces, surgen sin tregua todos los arquetipos e imágenes diabólicas con que el imaginario colectivo representa el mal y la oscuridad.

Kali airada –con su collar de calaveras– exhibe una cabeza recién cortada, goteando de su mano ensangrentada.

Yama, Señor de la Muerte, agita el panteón diabólico del budismo tibetano, así como el olor a muerte excita a los gusanos.

Magos negros, nigromantes y hechiceros ofrecen sacrificios humanos... Los egregores es del bajo astral son liberados.

La Fuerza Oscura toma la forma del Emperador Sith, de los Caminantes Blancos, del Ojo de Sauron.

Toda suerte de demonios y bestias abisales, gárgolas y leviatanes. Orcos, aliens regresivos, vampiros sedientos de sangre.

Engendros de los pantanos sulfurosos, criaturas aberrantes, medio humanas medio animales.

Aquelarres luciferinos, el ojo iluminati dentro de la pirámide.

El infierno de el Bosco y el infierno de Dante.

Almas caídas vagan en el Averno... Se arrastran y sollozan bajo un cielo cárdeno y efluvios sanguinolentos.

Mazmorras intraterrenas donde se rinde culto a la tortura y al tormento... Se manifiesta la dimensión más profunda del miedo y del sufrimiento.



Ahora, necesito respirar... Todas estas imágenes y está energía “maligna” aumenta con efusiva intensidad.

Aun me mantengo en la vertical, centrado en el “eje divino” y respirando en el ojo del huracán, pero a la vez muy consciente de no caer en la arrogancia espiritual; “no subestimes el poder del lado oscuro”, me llega una y otra vez el consejo de Obi-Wan.

En un momento dado, también surge la imagen del Buda sentado debajo del árbol boddhi, sosteniendo los ataques de Mara, sin perder su centramiento en la presencia iluminada.

168 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad OM LILA

Observa el lado oscuro, pero observa con humildad, con profunda ecuanimidad... Sí, todo esto es maya, imaginación y proyección, pero si no respetas y te mantienes ecuánime, serás devorado por la ilusión.

Si estás dispuesto a dejar que tus maestros sean la oscuridad, el dolor y la dificultad, entonces, el Amor tendrá una oportunidad.



La noche avanza, y, de haber una segunda toma, el momento es ahora... Hay cierta duda, cierta vacilación... ¿Sigo abriendo o lo dejo estar? Le consulto al corazón...

Recibe la toma y vívelo hasta el final.

Me levanto lentamente y pido la segunda toma... La chamana también vacila “¿estás seguro?”... “Me lo pide el corazón”, respondo... “¿Te lo pide el corazón?” Sigo dudando... Entonces, súbitamente asiente; me arrodillo frente a ella, canaliza el mensaje de poder que tiene para darme, y me ofrece su bendición.

[Así como al inicio de la ceremonia la chamana mencionó lo de los bichos y los parásitos del bajo astral, y así como ahora se mostraba tan prudente y cautelosa, podría inferirse que ella, desde un principio, percibía lo que se estaba “cociendo” en esta noche de Halloween.]

Vuelvo a la sentada, y, al momento, recibo una embestida brutal... Siento como si esta energía maligna se amplificase por mil en un instante, empiezo a contraerme, y asustarme... Con la segunda toma se ha abierto el portal de par en par, y ahora sí que sí soy arrojado a la cueva del mal.

La vertical se desploma, el cuerpo se retuerce entre la náusea y el espasmo; la energía que había sido sostenida, ahora se desata y se convierte en un Titán desenfrenado.

Ahora no hay imágenes, tan solo energía maligna en estado puro, salvaje... En verdad que la experiencia sentida es inenarrable.

En un momento dado, miro a la luna a través de la ventana, ya tapizada con cristales de escarcha.

La luna llena es un gran ojo reptil que acecha en la sombra galáctica.

Es el ojo del Rey Velociraptor, inteligente, preciso y calculador, el ojo de control, el ojo frío del depredador.

Su mirada me atraviesa, y apenas lo puedo soportar... Bajo la cabeza y me tapo con la manta... Pero no puedo escapar, estoy plenamente sumergido en la sima del mal.



En un momento dado, surge el recuerdo de Inelia Benz, cuando relata su encuentro con el Maligno (esta energía del Mal primordial); recuerdo como le advierte a otros viajeros astrales –no avezados espiritualmente– que su mera presencia los puede destruir de manera fulminante; como entra en esa mansión astral y se sienta frente a esa entidad, que aparece en una forma humana clonada e hibridada con inteligencia artificial; como ella le mira silenciosamente, y como entonces, súbita y explosivamente, surge un arrebato de profunda compasión, haciendo que esa figura se disipe en la energía del Amor.

Recuerdo todo esto, pero aquí, sencillamente, todavía no ha despertado esa fuerza y esa compasión... Aquí, la noche de Halloween aúlla en su máximo apogeo, aquí, todavía un largo trecho en el suplicio y la iniciación.

170 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Y, aun así, aquí todavía cintila un destello de la Luz del Corazón; sí, todavía arde una llama en la lámpara, que, de repente, aparece simbolizada como la luz en el cayado de Gandalf.

Ahora, solo queda atravesar la caverna, y sostener la antorcha, sostenerla con todas las fuerzas... Durante las próximas horas esa será mi odisea, mi trance iniciático, y mi epopeya.

Así como la Comunidad del Anillo atraviesa las minas de Moria guiada por la luz del cayado mágico, así me aferro a la antorcha y me apresto a la travesía con todas las fuerzas de mi espíritu.

Como puedo –el cuerpo apenas puede moverse– vuelvo a una especie de sentada.

Ya no hay imágenes, tan solo energía maligna retorciendo las dimensiones desde su misma fuente originaria.

Blando en mi mano la antorcha iluminaria, pero por momentos siento como la oscuridad me traga... Apenas puedo soportarlo, apenas puedo sostener la flama.

Cuando surgen los ícaros mágicos, el alma intenta aferrarse a ellos a modo de auxilio espiritual... Sí, intento “salvarme” en los ícaros, pero en esta ocasión no hay nada que me pueda rescatar, ¡hasta los ícaros me traen oscuridad!

Sí, en algunos cantos y armónicos graves siento como se canaliza esta energía maligna, no hay manera de escapar... Siento que soy llevado al límite, rozando los confines del tormento y el martirio espiritual.



Otro arquetipo presente es el de Frodo en su travesía de Mordor; siento la “carga” de Frodo, la carga del Anillo Único del Señor Oscuro Sauron:

Un Anillo para gobernarlos a todos. Un Anillo para encontrarlos, un Anillo para atraerlos a todos y atarlos en las tinieblas.

Esta carga maligna es sostenida por el humilde hobbit de manera épica y heroica, una carga que lo lleva a límites inconcebibles, al borde de la aniquilación, hasta que, como en toda buena epopeya, el Anillo finalmente es arrojado al abismo, fundido para siempre en los fuegos del Monte del Destino.

Estas imágenes arquetípicas me inspiran y me hacen “sacar fuerzas de donde nos las hay”, levantan mi mirada y me impelen a seguir avanzando por este tortuoso camino hacia mi propio Monte del Destino.

Sigo caminando y, en un momento dado, esta inspiración devine en la imagen de Jesús en el Calvario.

De esta manera, soy arrojado por una nueva fuerza, que despierta la Fe en el Espíritu como la única y la más íntima Certeza.

La energía arquetípica de portar la luz en el cayado de Gandalf se hace ahora más profunda y poderosa; ahora se ha de atravesar la oscuridad del mundo con la antorcha de Buda en una mano y el corazón de Jesús en la otra.

Sigo en la caverna, en el cenit siguen fulgurando los fríos hechizos la luna llena, pero ahora esta inspiración espiritual introduce un nuevo equilibrio en la Fuerza.

Ahora, miro al frente, a la tiniebla, con renovada inspiración y renovadas fuerzas.

El cuerpo se recompone en la raíz de la tierra y se erige en la vertical, las manos portan la luz y el corazón de los avatares, el ombligo centellea con nuevo brío y voluntad.

172 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

La Luz disipa la ilusión... La Luz disipa la ilusión...

Es el *mantra* que se repite desde lo más profundo de la consciencia-corazón.

Tan solo mantener la vertical del cuerpo, el valor y la valentía del corazón, la mirada luminosa que disipa la ilusión.

Claro, ante esto, la serpiente oscura se revuelve y arremete con embestidas titánicas... Me gustaría decir, de forma poética, que era una danza entre la luz y la tiniebla, pero no lo era... No se vivía como una danza, pero tampoco como una guerra... Era algo así un “pulso” en la Fuerza, un sostenerse sin ser absorbido, un cabalgar la onda entre el inframundo y la divina presencia.



Tras horas de sostener ese pulso mítico entre la luz y la oscuridad, suavemente todo se va posando en el vacío contemplativo de la consciencia... Sobre el horizonte, al fin alborea el Sol del Corazón y la Divina Presencia.

Este Sol es lo único real. Todo lo demás es ilusión.

Finalmente, un vacío radiante anega la consciencia-corazón.

Todo se aquieta, se vacía, se silencia... El guerrero espiritual, extenuado, se entrega a Eso y se desvanece en su Presencia.

Surge la conciencia búdica... Reconfortante resplandor, final de todos los caminos.

La oscuridad deviene en santidad, y todo reposa en el Silencio Divino.

Algunos *mudras* florecen espontáneamente y hacen sus “pases mágicos” entre la mente, el corazón y el ombligo.

La cueva del mal

173

Las manos vierten esta energía de santidad al mundo y a todos los seres vivos.

Tras los pases, surge una voz con plena transparencia:

Todo se está transformando, paciencia.

Se comprende claramente la señal...

El mundo –tú mismo– se está transformando... Confía y permite que la Luz emerja a través de la oscuridad.

Arropado por la Gracia del Silencio, descanso en esta radiante energía de santidad.

¡Ahó Gran Espíritu de la Verdad!

HONRAR “LO QUE ES”

YAGÉ OSO COFÁN. TIERRA DE GREDOS

(Guisando. Otoño 2021)

A FINALES DEL 2021 EL MUNDO seguía sumido en la “*noche oscura del alma planetaria*”; la nueva humanidad continuaba en su proceso a través del canal del parto, entre dolores y profundas contracciones, pero avanzando inexorable hacia el nacimiento de un nuevo paradigma humano y planetario.

El mundo transitaba la oscura distopía, previa a la utopía; la caída regresiva, previa a la expansión; sí, vivíamos el derrumbe y la deconstrucción que precede a toda nueva creación, el caos que precede al nuevo orden en la consciencia-corazón.

En ese contexto, y tras un año para digerir y asimilar la última ceremonia, llegó de nuevo la llamada de la Abuela Ayahuasca. En verdad, la pasada iniciación y la abrupta manifestación de la sombra del ombligo fue tan crítica e intensa, que volver siquiera a abrirme a esa posibilidad me generaba cierta aprensión y un sentimiento de prudencia... Y, aun así, sentía la llamada de la planta, y algo así como la necesidad de “completar” la experiencia.

Además, el regreso del Oso Cofán a Tierra de Gredos, el recuerdo de la fuerza, la inspiración y el sostén de esta *sangha* chamánica, me animaba al reencuentro en ese jardín de iniciación, donde había sido regalado con tan sublimes destellos de Gracia y Bendición.

Junto a un amigo, compañero de camino, comenzamos la ceremonia adentrándonos en las montañas, en el templo natural de los Galayos.

Una vez más, las murallas y las agujas de granito, los cresteríos y laberintos monolíticos, nos recibían con silenciosa alegría, y permitían que escaláramos en sus soledades con deleite en el cuerpo y, en el alma, delicada poesía.

Sí, esta incursión atlética y poética en la montaña era ya una tradición, el contacto con la fuerza espiritual de la montaña formaba parte de la iniciación.



Ahí estábamos nuevamente, refugiados en la entrañable cabaña, con el Oso y su medicina mágica, con el rico folclore de la cultura de la selva, y con la *sangha*. ¿Qué podía esperar de esta ceremonia? ¿Hacia dónde nos guiaría el Misterio en esta oportunidad?

En esta ocasión, la ceremonia fue una especie de "plantilla" donde la situación humana y planetaria fue reflejada en una experiencia íntima e individual; el pulso entre la luz y la tiniebla que operaba en ese momento crítico previo al advenimiento espiritual. Todo esto fue reflejado, vivenciado y finalmente consumado en un relámpago de Despertar, una especie de "revivir y recordar" lo esencial; los arquetipos y las divinas facetas con las que Eso gusta de manifestar su misteriosa Naturaleza, siempre apoyada en la Sublime Trinidad de la Verdad, el Amor y la Belleza.

Por lo demás, en esta ocasión una única toma fue suficiente para "desmantelarme" durante 24 horas, fue tan poderosa e intensa que apenas fue comulgar y recibir el sacramento cuando hubo un primer estallido; sí, para desdicha de esta personita, pero para ventura del alma, se abría nuevamente la sombra del ombligo.

176 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Como es habitual, la miel de ayahuasca entra con náusea en el cuerpo y aprieta la garganta.

Me siento en meditación, y, aunque el fuego está encendido, me tapo con una manta.

Al momento, lo presiento; *“ya está aquí, viene con fuerza, llega la oscuridad”*.

Sí, parece que es necesario volver a ingresar en la “cueva del mal”.

El cuerpo, derrumbado, no puede moverse ni un milímetro... Emerge la psicodelia oscura... Se purgan los infiernos del ombligo y la energía del mal fluye a rebosar.

De nuevo, soy llevado al límite de lo que se puede soportar.

De nuevo, la imagen de Jesús en el Calvario... El tormento y el martirio espiritual.

Hay una voz, y una sensación interna de *“una y no más santo Tomás”*.

Sin embargo, en esta ocasión, esta fase es menos duradera; se vive con la misma intensidad, pero verdaderamente es apaciguada por una pronta claridad.

Sí, hay una onda entra la luz y la tiniebla, entre la náusea del inframundo y la presencia espiritual... Pero es inequívoco que es el momento de despertar.

Suavemente, todo se va calmando... Los ícaros y los cantos, esta vez sí, traen en sus sílabas sagradas la fuerza inmensurable de la Divinidad.

***Caminante de la noche vas en las tinieblas,
Guía tu camino con la luz de las estrellas.***

***Son caminos de las dudas e incertidumbres,
Abriéndote paso entre la tierra y las nubes.***

***Caminante de los soles vas hacia tu Padre,
Camina entre los bosques y te guiará tu Madre.***

***Cada día y cada noche, las dificultades van,
Ascendiendo y descendiendo, para poder avanzar.***

***La tormenta y el destino, cuando estamos en el mar,
El desierto y los signos, que tendrás que descifrar.***

***El camino aparece cuando ya no puedes mas,
El diamante que se forja, a la tierra presionar.***

***Ve cantándole a la luna, a la noche atravesar,
Poquito a poco amaneciendo, para el cielo alcanzar.***

***Saltando al vacío, pone a prueba nuestra fe,
La vida, la conciencia y el amor, es nuestra ley.***

¡Fuerza!



***En tiempos que fluyen en la dificultad,
Sigue adelante que todo va a pasar.***

***Y en las estrellas nos veremos,
Y el Sol saldrá para guiar.***

***Es una hoguera que hay en el corazón,
Vibra la esfera donde se encuentra Dios.***

Y el camino del Amor, se cruza a veces con dolor.

***Mira la Esencia, en todo está,
Es tu conciencia al despertar.***

***Voy recordando, no hay nada bajo control,
Lo suelto todo, y todo se arregló.***

***La magia fluye a mi favor,
Y el tiempo pone su color.***

***Nos baña una bendición,
Se abre el cielo a mi favor.***



***Sigue tu camino, rumbo hacia el Sol,
La verdad consciente, en el corazón.***

***Deja tu estela, olvida la razón,
Que quede la huella, de tu redención.***

***Despierta, a tu ser despierta...
Despierta, consciencia despierta...***

***Abrimos lentamente, las puertas del saber,
Hay tanta oscuridad, que no nos deja ver.***

***Llevamos tanto tiempo, tratando de encontrar,
Y no encontramos nada, erramos de lugar.***

***La luz que ha estado aquí, está dentro de ti,
Y no te has dado cuenta.***

***Todo está por venir, solo debes abrir,
Tu corazón al mundo.***

[Ícaros de Carlos Hernann]

El cuerpo sigue derrumbado sin poder moverse, pero ahora está siendo arrebatado por la Gracia y la medicina musical.

Honrar "lo que es"

179

En la quietud del derrumbe, la Paz.

Naturalmente, Aceptación incondicional.

***Lo que Es, es Lo que Es.
Y todo está bien.***

Todo lo que surge, todo lo que acontece, está bien, es perfecto, es Lo Que Es.

Aceptación incondicional de todo el espectáculo, en la materia, en la vida y en la mente. Aceptación no-dual que extiende su Mano amorosa sobre toda forma de existencia, dichosa y compasivamente.

Aceptación radical, esencial, fundamental... Perfecta Paz, perfecta Claridad.

Amor hacia cualquier faceta, rasgo o dimensión del ser, Amor incluso hacia el péndulo hipnótico del ego, a la "hipnosis divina" en la que nos sumimos y nos olvidamos de ser... Amor absoluto a Todo Lo que Es.

Sí, también es la Aceptación del poder de *maya*, de la ilusión y de la identificación con las formas proyectadas... Es la Aceptación de la limitación y la expansión, del conflicto y de la paz, del dormir y el despertar, de olvidar y recordar... Siempre y naturalmente en todo, Aceptación incondicional.

En esta Aceptación, surge la carcajada del Bufón, el Humor que redime del espejismo y la ilusión.

El Loco (Bufón) se revela trayendo descanso, aceptación y alegría, como un soplo de brisa fresca que alivia la seriedad de la vida.

El Loco nos enseña a reírnos de nosotros mismos, a sonreír a la vida.

180 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

El Loco nos recuerda que solo estamos en un baile de máscaras, en un teatro, representando personajes soñados, y que nada de lo que aquí ocurra puede realmente “afectarnos”.

El Loco, verdaderamente, es pura Aceptación, y pura Lucidez; la clara comprensión sentida de “todo está bien”.

Si va por aquí está bien, si va por allá también... Si es por arriba o si es por abajo... Si es por fuera o es por dentro... Si es en el sujeto o es en el objeto... Si es en el silencio o es en los conceptos... Si es en el Espíritu Santo o es en el ego... Si es en la consciencia o es en la inconsciencia... Si es en la aceptación o es en la resistencia... Si es en la luz o es en la tiniebla... Si es o no es... Todo está bien... Lo que Es, es Lo que Es.

TODO ESTÁ BIEN... Tal como son las cosas, tal como eres.

No hay reglas, no hay mandamientos, eres libre de existir como quieras, la Existencia te ama absolutamente, seas como seas.

Eres libre de existir como quieras, la Existencia no te va a juzgar, únicamente vas a recoger los frutos kármicos que tengas que recolectar, todo aquello que necesites experimentar en el ámbito de la dualidad.

Todo sucede por sí mismo, y todo es causa de todo. Confía... Tras las bambalinas el Amor lo maneja todo en esta Comedia Divina.

Belleza, Humor, Aceptación... Profundo Descanso, la Gracia en el Corazón.

Todo es perfecto.

Todo es como tiene que ser.

Todo es coherente.

Honrar "lo que es"

181

Todo sucede dentro de un Orden Cósmico Trascendente.

Este momento es perfecto.

Tu vida es perfecta.

Tú eres perfecto.

Todo está bien, tal como son las cosas, tal como eres.

Todo está bien. Totalmente.

***Todo sucede por sí mismo y sucede para bien.
Las cosas son como son porque el universo es como es.***

Ya lo decía Nisargadatta Maharaj... Todo es tan sencillo, tan obvio y natural.

“Honrar Lo que Es”, así de simple es la señal del Despertar.



Finalmente, la Calma vasta.

Silencio, Quietud y Bienaventuranza.

En el Recuerdo, todo descansa.

Paz en el Espíritu.

Sonrisa en el Alma.

Ahó Metakiase.

182 Meditación y enteógenos Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad **OM LILA**

Todo lo que hay es Amor vertiéndose y fluyendo.

No necesitas entenderlo, porque no se puede explicar ni justificar.

El Amor es la floración del Ser natural.

El Amor es Conciencia, la Conciencia es Amor.

El Amor es la respuesta a la pregunta ¿Quién soy Yo?

Solo existe el Amor. Todo lo demás es una ilusión.

SOBRE EL AUTOR

ANTONIO CONSUEGRA SEBASTIÁN –OM LILA– (Madrid, 1976) es Instructor de Meditación, Consultor en Mindfulness y Terapeuta Transpersonal.

Durante veinte años ha peregrinado entre Oriente y Occidente siguiendo el rastro de la “sabiduría perenne”, reproduciendo el camino milenar del buscador espiritual. Para el autor, esta búsqueda se despliega naturalmente a través del viaje iniciático como un elemento esencial en esta “aventura del despertar”. Estos viajes le ofrecen la oportunidad de relacionarse directamente con las diversas vías de la tradición espiritual, especialmente con el Zen, el Yoga y el Vedanta Advaita.

A principios del 2009 se adentra en la Terapia Transpersonal (psicoterapia y meditación). Tras varios años de desarrollo profesional en esta “psicología del despertar”, termina co-fundando la **Escuela para el Desarrollo Integral “Sadhana”**, donde se enfoca principalmente en el acompañamiento de los “procesos de transformación” o “procesos del despertar”, a través de los caminos de conciencia tradicionales y de los nuevos enfoques terapéuticos en el ámbito del desarrollo humano integral.

La Escuela para el Desarrollo Integral –Sadhana– nació con el propósito de ofrecer al mundo un espacio de desarrollo profundo, un espacio para transitar, como individuos y como humanidad, esta maravillosa “aventura del despertar”.

www.sadhanaintegral.com

Obras del autor

- **LA TENTACIÓN DEL EGO** (2003)

En esta obra juvenil se relata la odisea del ego ante la incipiente llamada espiritual; la tribulación de la vieja identidad desgajada, y el amanecer de esa misteriosa inspiración por recordar nuestra naturaleza en lo esencial.

- **EL ÁRBOL KÓSMICO** *Desarrollo humano Integral* (2012)

Esta obra nos revela de manera sencilla el camino de la transformación integral (cuerpo, mente, emoción y espíritu), a través de la Sabiduría Perenne y del afortunado encuentro entre filosofía, psicología y espiritualidad.

- **COHERENCIA CARDIACA - COHERENCIA TRANSPERSONAL** *El camino del corazón* (2013)

Esta obra explora a fondo la inteligencia del corazón, el proceso de la “presencia-coherencia” y el proceso de integración entre terapia y meditación, un camino de desarrollo humano bautizado como el “camino del corazón”.

- **EL VIAJE** *La aventura del despertar* (2017)

Un relato sobre el viaje iniciático que encarna la aventura del buscador espiritual. Una historia sobre la búsqueda interior a través de la exploración del mundo exterior. Un viaje por los diversos entornos medioambientales, culturales y espirituales del mundo, que finalmente revela el único y verdadero viaje hacia el ser interior.

- **MÁS ALLÁ DE LA MATRIX** *Una historia sobre las ilusiones y los caminos del despertar* (2020)

Esta obra nos invita a explorar en la naturaleza de la realidad. También es una historia sobre las estructuras físicas y psíquicas que sostienen nuestro mundo, y sobre las fuerzas “secretas” que operan en ellas. Una historia de luces y sombras, de esclavitud y

liberación, de engaño y de perdón, una historia, en definitiva, que merece ser contada de corazón a corazón.

- **¿QUIÉN SOY YO? 40 señales hacia el Ser interior** (2021)

Una propuesta que reúne, hilvana y sintetiza algunas de las “perlas de sabiduría” ofrecidas por la tradición espiritual de la humanidad. Un compendio de grandes tradiciones, de grandes maestros. Un proceso práctico, y un peregrinaje, por la Tradición de Sabiduría, un camino horadado por huellas milenarias en la búsqueda de nuestra verdadera naturaleza en la Conciencia y en la Vida.

- **MEDITACIÓN Y ENTEÓGENOS Chamanismo, plantas sagradas y espiritualidad** (2022)

Esta obra nos habla de la confluencia entre el chamanismo y el budismo, del encuentro entre las plantas sagradas y la meditación. Un encuentro con “Eso” a través de una serie de reveladoras experiencias en el mismo corazón.

