

Red Transpersonal

“UN HOMBRE SABIO ES COMO UN BOTE VACÍO”

Del libro Inteligencia Transpersonal

José María Doria

CAPÍTULO 1





“Un hombre sabio es como un bote vacío”

El minimalismo que se ve reflejado en el actual lema “*menos es más*”, señala un *más adentro y menos fuera*. Esta reorientación permite caminar hacia el *vacío creativo*, desde dónde *lo nuevo* encuentra espacio para brotar. Poco a poco, el foco deja de estar tan en el “afuera” para pasar a un “adentro” pleno de silencio y fertilidad.

El vaciamiento del entorno es un reflejo del proceso de *vaciamiento interno*: a medida que atravesamos lo superfluo y navegamos hacia capas más profundas, emerge la suficiencia y la belleza. Nada falta, nada sobra, uno se descubre sin adornos ni fachadas; ya no molesta la vacuidad, esa *nada* inquietante que antes nos apresurábamos en llenar. El vacío y el silencio dejan de asustar, pues son espejo de la íntima y acallada mismidad.

Tras haber *vaciado el armario* y despejado nuestra *profunda morada*, el dolor emocional ya no aprieta, no hay necesidad de adornar ni abarrotar. Conforme avanzamos en autoconocimiento, vivimos más al día y caminamos con “menos peso en la mochila”. Tenemos menos “asignaturas pendientes” y menos duelos: se ha ensanchado nuestra capacidad de *aceptar*. Se abre entonces paso la íntima concordia; no más casa repleta: paredes blancas, estanterías despejadas, espaciosidad que serena.



“Un hombre sabio es como un bote vacío”

¿Nos hemos preguntado por qué las habitaciones de los monjes están vacías? No es tan sólo para eludir las cosas superfluas o reflejar sus votos de pobreza, sino también para aquietar la mente, dejando a la vacuidad serena como protagonista silenciosa. De la misma forma, en nuestra vida cotidiana podemos silenciar el griterío visual y auditivo que nos circunda; entonces aparece aumentada nuestra realidad más profunda. El “ahí fuera” despejado nos remite, poco a poco, a la escucha interna.

El vacío en la ciencia

La física clásica define el vacío como “un espacio en el que no hay nada”. Sin embargo, según la física cuántica “el vacío no está tan vacío”, sino que es el escenario de un constante fluctuar de partículas que transitan. Curiosamente, se ha constatado que, aún logrando “eliminar” en un determinado espacio todo elemento medible como la luz o el calor, y no quedando aparentemente “nada”, surgen repentinas “partículas fantasma” que aparecen y se difuminan.

La física cuántica pone en duda nuestra concepción tradicional de la realidad. Tal vez nuestra comprensión del vacío se acerque, día a día, hacia lo que la *antigua sabiduría* ha señalado: que del vacío surge toda forma y allí regresa para diluirse efímera. Mundos dentro de mundos, y sueños



“Un hombre sabio es como un bote vacío”

dentro de sueños parecen surgir de la nada; la realidad se nos presenta cada vez más sutil e incorpórea. Quizás, un día, hasta nuestros propios ojos físicos contemplarán la infinita transparencia de *la realidad sin sombra*.

El vacío como antesala de la infinitud

La persona que medita deviene capaz de darse cuenta de los espacios vacíos que hay entre pensamiento y pensamiento; cuando su mente se acalla, se da cuenta de que *existe con plena conciencia*, una vivencia ésta que abre la puerta a la vacuidad transpersonal que somos en esencia.

En la práctica meditativa, sucede que las frecuencias cerebrales se enlentecen y dan lugar a ondas *alfa y theta*. Se trata de oscilaciones electromagnéticas que surgen de una actividad cerebral coherente y sincrónica. Tal estado cerebral de progresivo aquietamiento infunde espaciosidad en la actividad del pensar.

El vacío es lo *preexistente*, lo que carece de forma: *aquello que es* en todas las cosas. Tal vacío, como íntima vivencia, brota al aquietar la dimensión egoica. Gracias a la silenciación, la mente cesa de *apropiarse* de los hechos que suceden sin causa y por acción de la propia vida.



“Un hombre sabio es como un bote vacío”

Para la *tradición espiritual* o *filosofía perenne*, la vivencia de la vacuidad revela la *dimensión conciencia*. El *vacío de pensamientos* recuerda a la metáfora de las nubes del cielo que, al despejarse, dejan que la luz y el calor lleguen a nuestra vida. Quizás nos preguntemos por qué una capacidad como la del pensar, que tantos miles de años nos ha costado desarrollar, actualmente precisamos “recolocar”. Al respecto, podemos decir que, si bien el pensamiento nos ha permitido evolucionar y por ello lo hemos puesto en un altar, éste sigue siendo una mera herramienta funcional. Tan sólo se trata de colocarlo en su lugar.

La resistencia del pensamiento a su propio *acallamiento* es natural; éste se resiste a ceder su reinado a la *dimensión conciencia*, que lo incluye y va más allá. Conviene no mirar al pensamiento como un adversario a erradicar. El acto de pensar es tan fisiológico y útil como el latir del corazón; el problema deviene cuando *olvidamos lo que somos* y nos reducimos al mero pensar. Pensar es una cosa y vivenciar lo que se piensa es otra: no es lo mismo *pensar en beber agua* que *beberla*. A poco que indagamos, comprendemos que un sólo pensamiento nos separa de la unidad, mientras que un solo instante de saborear la vacuidad nos devuelve al *rostro original*.



“Un hombre sabio es como un bote vacío”

Vaciarse de expectativas, miedos, rencor y resentimiento; vaciarse de odio y violencia. Vaciarse de lo que ensombrece la sonrisa o detiene una lágrima. Vaciarse de protagonismo, insuficiencia, aferramiento y drama. Vaciarse de suposiciones y prejuicios. Vaciarse de ego y encontrar al *sí mismo* como morada sagrada.

Abramos las puertas a la Realidad Mayor que al ego encuentra. No es el *yo* quien alcanza la Gracia, es la Gracia quien abraza a la criatura. El “yo pequeño” puede pedir este suceso de una y mil formas, tal vez porque intuye que ese *click* tan misterioso un día lo encuentra y libera.

Cuando nuestra mente egoica pase de ser *sujeto persona* a ser *objeto o realidad vista*, habrá sucedido el *salto acausal* por el que saborear la totalidad y fluir en gratitud y paz.

El gran reto de esta humanidad consiste en estabilizar los *chispazos de lucidez* que todavía vivimos tan sólo como fugaz avanzadilla. El *vaciamiento* nos espera en el silencio, al igual que nos atrae la medicina que cura.

De la misma forma que nadie sabe el día ni la hora en que la muerte nos visita, también desconocemos el momento del *despertar a una conciencia expandida*. Esto puede suceder mientras tomamos una sopa de tomate, abrimos un paraguas de colores o, un día cualquiera nos despertamos por la mañana expandidos y sin vuelta.



“Un hombre sabio es como un bote vacío”

Dice una antigua leyenda sufi: *un hombre vacío recibirá un corazón.*

El milagro acecha.
Queda espera silenciosa.

