

## **El miedo y su significado en el desarrollo espiritual**

*Bruno Huber*

© 2003 API Verlag (Adliswil/Zurich)

© 2005 API Ediciones España, S.L.

*Artículo aparecido en la revista Astrolog nº 132, febrero de 2003.*

Conferencia transcrita por *Rita Keller*.

Hoy abordaremos el tema del miedo y lo relacionaremos con una materia especialmente importante para nosotros: el desarrollo espiritual. Probablemente todos vosotros ya habéis afrontado, de una u otra manera, esta cuestión.

El asunto que nos ocupa está también relacionado con las tres cualidades básicas: las energías de la *luz*, del *amor* y de la *fuerza* en sí.

La *luz* podemos compararla, en principio, con la conciencia, la razón o el intelecto, cualidades espirituales que tienen todos los seres humanos.

El *amor* es el factor más fundamental y esencial en el ser humano. Aquí se incluye el amor a nuestros semejantes y todo lo relacionado con esto, por ejemplo, el contacto y la manera de vivir junto a los demás.

Y, finalmente, la *fuerza*, o también podríamos decir el poder en sentido positivo. Pero también podríamos elegir la palabra voluntad.

En mi opinión, estas tres cualidades básicas son cualidades del ser humano. Incluso diría que el ser humano es el único ser vivo que emplea estas capacidades de una manera más o menos consciente.

La voluntad contiene una cualidad superior de la que quisiera hablar pero también hablaremos de la inteligencia. Estos dos factores desempeñan un papel esencial en el tema del miedo. Pero, antes de continuar, quisiera poner en contexto los conceptos de miedo y desarrollo espiritual.

Cuando se los contempla de manera separada no parecen tener relación. Pero voy a abordarlos conjuntamente de manera intencionada. En mi trabajo como asesor he podido constatar que la mayoría de mis clientes se esfuerzan, de uno u otro modo, por el crecimiento espiritual. He estado en contacto con este tipo de personas desde hace muchos años y sé que el desarrollo espiritual siempre conlleva dificultades. Pueden ser perturbaciones temporales pero los problemas que surgen pueden también llamarse crisis de crecimiento.

### **¿Qué es el desarrollo espiritual?**

En principio, el desarrollo es crecimiento. Desarrollarse es crecer. Cuando decimos que un animal o una planta se desarrolla bien, queremos decir que crece bien.

En las personas lo llamamos crecimiento. Pero no se trata sólo de crecimiento corporal y bienestar sino, sobre todo, de un proceso de desarrollo y un crecimiento espiritual. Creo que esta definición previa es muy importante.

También podríamos formularlo de una manera diferente: el desarrollo espiritual es un proceso de aumento progresivo de inteligencia, o más precisamente, un proceso de incremento de conciencia. Las personas que se preocupan de su desarrollo espiritual quieren conocer su mundo cada vez mejor... quieren comprenderlo.

La historia de la humanidad nos permite constatar que en los comienzos de todas las grandes culturas hubo ciencias, por ejemplo la astrología (que entonces estaba unida a la astronomía y las matemáticas).

En realidad, la ciencia creada por la humanidad es uno de los síntomas más fabulosos y grandiosos del desarrollo espiritual. La ciencia surge de la necesidad de conocer el mundo mejor y más exactamente para así poder controlarlo. En relación con esto quisiera mencionar la cita bíblica: «Creced y multiplicaos, dominad toda la Tierra (Génesis 1)». Esta frase pone de manifiesto un impulso básico en el ser humano: el impulso investigador. En realidad, esta necesidad diferencia al ser humano de los animales y las plantas. Este «impulso» es tan fuerte como otros impulso que normalmente se definen como tales: el impulso sexual, el impulso de poder... y no debe reprimirse. Durante un tiempo puede permanecer sin manifestarse y en determinados individuos puede aparecer poco, pero es una característica básica del ser humano. Es precisamente este impulso el que produce el crecimiento espiritual, esto es, la necesidad de crecer espiritualmente.

¿Y qué nos aporta este esfuerzo por aprender a conocer mejor el mundo en que vivimos? Nos aporta la capacidad de vivir de manera más consciente.



Este esfuerzo lo dirigimos fundamentalmente hacia fuera, hacia el mundo exterior, por ejemplo hacia la naturaleza física, biológica o zoológica, como hace la ciencia. Por supuesto también puede dirigirse hacia el cielo, como hace la astronomía.

También puede dirigirse hacia otras personas. Por ejemplo, (como hacen muchas personas) podemos intentar observar a nuestros semejantes para saber cómo o cuando reaccionan, y así comprenderlos mejor.

Pero aquí vemos un cierto comportamiento de protección. Si queremos saber cómo y cuándo reaccionará alguna persona, en realidad lo que queremos hacer es protegernos. Queremos estar seguros ante posibles sorpresas.

Esto nos lleva al tema del miedo. Un comportamiento de protección (como se conoce esta mecánica que acabo de mencionar) presupone un miedo a un posible peligro. No es solamente lógico sino también real. Toda actitud defensiva, todo esfuerzo realizado para protegerse mejor presupone la existencia de un miedo a un peligro.

Normalmente, el miedo tiene que ver con algún peligro. Y el miedo se manifiesta de muchas formas, con muchas orientaciones y produce muchos efectos. Puede ser muy grande, muy fuerte, en determinados momentos incluso sofocante, y en ciertos casos puede durar toda la vida. Puede ser sutil, ser sólo efectivo «por debajo de la línea del cinturón» de manera que no seamos conscientes de él. Puede adoptar todas las formas posibles y moverse en distintas direcciones.

Pero todos los miedos tienen un origen, un comienzo o una fuente común. En el origen de todos los miedos está el miedo atávico a la muerte que tienen todas las criaturas, esto es, el miedo a no continuar con vida, a ser aniquilado, a morir de hambre o a ser asolado por el aislamiento. En el fondo, el miedo siempre tiene que ver con el miedo a perder la vida. En otras palabras, en la raíz de todos los miedos está el miedo existencial.

Muchas personas buscan las respuestas que les permitan mantener la existencia en la iglesia. Quieren tener la seguridad de que sobrevivirán incluso después de la muerte física. Es el miedo el que esencialmente produce la necesidad de sobrevivir, de continuar viviendo o, en un sentido más exagerado, de inmortalidad. La inmortalidad es la respuesta ideal a todos los miedos. Si soy inmortal ya no tengo miedo a la muerte. Debido a este miedo atávico, muchas personas buscan respuestas en las religiones.

Para las personas que queremos desarrollarnos espiritualmente, es importante comprobar qué miedos nos influyen cuando tratamos con ciertas opiniones o dogmas filosóficos, éticos o religiosos. El hecho de aferrarse a cualquier punto de vista fijo (por ejemplo a dogmas) puede ser un impedimento importante para el desarrollo espiritual pues es negarse a aprender. El aprendizaje tiene mucho que ver con el crecimiento espiritual y es muy importante tener claro que desarrollo es crecimiento.

### **Definición psicológica**

Antes de proseguir quisiera introducir algunas definiciones puramente psicológicas del miedo humano. De este miedo atávico a la muerte surgen tres miedos básicos que normalmente no experimentamos como miedos sino como impulsos básicos: el impulso de alimentarse (hambre), el impulso de autoconservación o de autoafirmación y el impulso de reproducción.

Estos son los conceptos que empleamos usualmente para referirnos a los impulsos básicos del ser humano. Tienen la función de asegurar la supervivencia biológica del ser humano (aunque también están presentes en los animales y probablemente también en las plantas).

Los animales y las personas que no tienen estos impulsos no son capaces de vivir. Debemos alimentarnos para no morir de hambre. Debemos defender nuestra piel (aunque a veces es cuestionable cómo lo hacemos). Y además la raza humana debe reproducirse, esto es mantenerse.

Estos tres impulsos básicos son también tres miedos básicos. Podemos representarlos de una manera diferente.

El impulso más fuerte es el de autoconservación o autoafirmación, esto es, la voluntad de prevenir o evitar cualquier peligro para el cuerpo en caso de que sea posible. En el

ser humano, la tendencia a evitar el peligro es más acentuada que la de defenderse de él. Éste es el impulso más fuerte y también el miedo más intenso.

El segundo impulso se manifiesta en la necesidad de ser fuerte, tener fuerza para protegerse y defenderse. Necesitamos unas piernas fuertes, unos buenos pulmones, una buena circulación sanguínea... Esto presupone tener fuerza muscular. El segundo impulso básico es pues el impulso de alimentarse. Debemos comer para vivir, de lo contrario el motor no funciona, las células no se pueden renovar... si no alimentamos el aparato corporal constantemente con combustible, acaba muriendo.

El impulso de alimentarnos (el hambre) hace que nos procuremos lo que necesitamos. Una subdivisión importante de este impulso es la necesidad de almacenar existencias y no vivir totalmente al día.

Todos sabemos lo importante que es para muchas personas el deseo de asegurarse mediante una pensión. Esto es prevenir, que en definitiva es una expresión directa del impulso de alimentarse.

El tercer impulso básico ya no tiene que ver con la protección o la conservación del individuo sino con la descendencia: debemos preocuparnos de la conservación de la especie.

Esto explica también el marcado impulso de muchos padres, de vivir a través de sus hijos. A partir de esta tendencia, proyectan en ellos, quieren hacer de sus hijos lo máximo posible cuando en realidad probablemente no les corresponde. Proyectan en sus hijos sus propios deseos y las metas que no han logrado alcanzar. Todos los padres que quieren eternizarse en sus hijos deberían reflexionar sobre este mecanismo.

Estos son, pues, los tres impulsos básicos. El impulso de autoconservación o de autoafirmación exige que adquiramos y practiquemos determinadas capacidades que nos permitan hacer lo necesario para mantenernos vivos.

Para satisfacer el impulso de alimentarse se necesita la capacidad de manejar bien la economía.

El tercer impulso nos lleva al amor, el erotismo, la sexualidad y, en un sentido más amplio, a la necesidad de contacto. Este tercer impulso requiere desarrollar una cualidad importante: la confianza. No suele ser algo evidente pues cuando están activos los impulsos de sobrevivir o de alimentarse, el ser humano es fundamentalmente desconfiado.

Desconfiamos de nuestros congéneres y suponemos que nos podrían quitar nuestras provisiones o que nuestra vida podría estar en peligro.

Si una persona piensa que alguien quiere robarle sus posesiones o quitarle la vida puede volverse como una hiena. Y la suposición no debe ser necesariamente algo realista sino que puede surgir a partir de una tendencia paranoica.

### **Los tres impulsos básicos**

El miedo que se desarrolla en forma diferenciada a partir de los tres impulsos básicos es, en el caso del primer impulso, el miedo a resultar herido, a la debilidad y a la enfermedad. Si queremos sobrevivir necesitamos capacidades fuertes pues la debilidad y la enfermedad significan incapacidad cuando algún peligro amenaza. En el caso del primer impulso encontramos la necesidad de huir del peligro o de luchar por mantener la propia vida.

En situaciones difíciles, el ser humano tiene una mayor tendencia a huir que a luchar. Cuando hay peligro, el ser humano tiene la tendencia natural de desaparecer de la zona de peligro. Siempre que sea posible, prefiere emplear la inteligencia que los músculos. Ser valiente supone un gran esfuerzo y esto no va demasiado con el ser humano. No obstante, en determinados períodos de la historia el valor se consideraba una cualidad muy importante. En la época feudal, por ejemplo, el valor se consideraba más importante que el amor crístico a los semejantes.

Esta actitud también era muy valorada entre los indios norteamericanos y naturalmente esto caracterizó ciertos rasgos de la raza o de una determinada época. Pero incluso en la época feudal, que nos es más conocida que la cultura de los indios norteamericanos, quien más triunfos obtenía en los torneos o en las luchas de esgrima era quien tenía más trucos y más rápido los cambiaba. Es decir, que los que tenían más oportunidades no eran necesariamente los más fuertes o valerosos sino los que funcionaban de una manera más inteligente.

En otras palabras, la inteligencia ha permitido sobrevivir mejor al ser humano en todos las épocas.

El segundo impulso, el impulso de alimentarse, está relacionado sobre todo con el deseo de seguridad. Cualquier inseguridad supone un posible riesgo de perder las reservas que hemos almacenado en algún lugar, ya sean de dinero o de arroz. En principio lo esencial no es de qué se trata sino del hecho de que tenemos reservas, esto es, posesiones. Y donde reina la inseguridad o la inestabilidad, las posesiones están en peligro.

Además, el ser humano no quiere vivir en la pobreza (aunque muchos pasan toda su vida en este estado). Podemos imaginarnos el miedo que deben tener las personas que viven en una permanente pobreza... pues la pobreza es uno de los miedos básicos del ser humano.

Por esto es comprensible que el ser humano, también en nuestros días, intente erradicar este mal de la sociedad. Incluso el comunismo intentó ir, a su manera, a la raíz de este mal.

El impulso de alimentarnos quiere que nos aseguremos de que hoy tendremos suficiente comida pero también los próximos días. Esto significa tener una cierta seguridad y hace que construyamos casas, ciudades, cajas de caudales... Todo son objetos de seguridad que nos protegen tanto a nosotros como a nuestras posesiones y reservas. Una forma un tanto refinada de este impulso nos hace planificar, reflexionar sobre qué puede pasar mañana, preparar las cosas a largo plazo, hacer planes de viaje, llegar a acuerdos, firmar contratos.

Y, por último, el tercer impulso. Su expresión más común es la desconfianza. Queremos recibir simpatía, hacer cosas conjuntamente con otras personas, es el verdadero impulso social que también contiene en su interior el impulso de reproducción.

En el contacto con los demás queremos sentirnos como en casa, tener sensación de calor, sentir confianza. Los otros dos impulsos básicos nos hacen ser desconfiados con todo y con todos y, en consecuencia, en el ámbito del tercer impulso, tenemos necesidad de amor y confianza. Ésta es una cualidad muy destacada del ser humano. Otra forma de manifestación de este impulso es el miedo a la fealdad, es decir, el miedo a no ser simpático.

Queremos gustar a los demás y para ello debemos ser agradables, simpáticos, divertidos o guapos. Esto produce una impresión armónica positiva en los demás y aumenta mucho nuestras posibilidades de encontrar simpatía. Esto es algo que puede observarse de manera general en todas partes. Si una mujer guapa se dispone a cruzar la calle, probablemente llamará la atención de los automovilistas; en cambio, si se trata de un anciano con toda seguridad nadie se fijará.

Este mecanismo de preferir lo bonito tiene que ver con la necesidad de gustar a los demás. Resulta extraordinariamente interesante comprobar cómo reaccionamos, por ejemplo, en una película a una cara fea. También hay animales que tenemos catalogados como feos y normalmente también peligrosos. Este miedo forma parte del impulso de reproducción.

El miedo más intenso y más conocido relacionado con este impulso es el miedo a la soledad. La soledad es muy difícil de soportar para la mayoría de personas. Cuando las circunstancias nos obligan a estar solos o cuando nos sentimos aislados del entorno, sentimos un dolor muy profundo.

Así pues, lo que hemos visto son miedos que se derivan de los tres impulsos básicos y que, a su vez, se derivan del miedo atávico a la muerte. Estas definiciones psicológicas previas son necesarias pues, una y otra vez, he constatado que las personas que se esfuerzan por su desarrollo espiritual dan poca importancia a estas cosas banales y naturales.

### **Factores de perturbación**

Sobre todo, estas personas no se dan cuenta de que estos miedos son auténticos factores de perturbación en su desarrollo espiritual. Son fuerzas impulsivas que deben mantenernos biológicamente vivos. Ésta es su tarea, pero puede colisionar con nuestra tendencia de desarrollo, ser un impedimento o causarnos auténticas dificultades que casi no comprendemos.

Como acabamos de ver, los miedos y los impulsos están estrechamente relacionados, es decir, que en la realidad psicológica, ambas cosas no pueden separarse. Los impulsos son fuerzas y los miedos pertenecen a los mecanismos de control. Los miedos son limitaciones, sobre todo restricciones de la libertad. No siempre podemos hacer lo que queremos. A veces actuamos tal como quiere nuestro miedo. Cada uno de nosotros tiene ejemplos en su propia vida. Esto hace referencia tanto a cuestiones laborales como a la conducta con amigos, como al desarrollo espiritual. Una y otra vez nos encontramos en

la situación de no poder hacer lo que queremos. Por miedo, por puro miedo, aunque no lo reconozcamos como tal porque, tal vez, trabaje ocultamente y le demos otro nombre.

A continuación, quisiera abordar un par de cuestiones relacionadas con la limitación de la libertad.

El desarrollo espiritual está inseparablemente relacionado con el concepto de libertad. El desarrollo espiritual, que supone crecimiento espiritual y expansión de la conciencia, sólo puede tener lugar en un medio o una atmósfera de libertad. Los reconocimientos no son posibles si estamos sometidos a algún tipo de suplicio o si tenemos el estómago vacío. Si nuestros impulsos nos obligan a realizar cualquier tipo de acción que condiciona nuestra existencia física, no estamos en un estado de libertad. En una situación así no podemos pensar claramente ni buscar respuestas, no somos libres. No podemos emplear nuestra voluntad pues ésta está también inseparablemente unida con el concepto de libertad.

### **La libertad**

Debemos definir el concepto de libertad de manera muy clara. La cuestión es ¿qué entendemos por libertad? ¿Son libres los gatos y los perros? ¿Tienen libertad los animales? No, esto es algo que podemos afirmar tranquilamente. Un gato no puede decidir si quiere cazar un pájaro o si quiere echarse y dormir. Lo hace todo a partir de reflejos condicionados y éstos reflejos están dirigidos por impulsos. Cuando el gato tiene hambre, acaricia mis piernas con el lomo y lo hace como una señal de que quiere que le dé comida. Esto es un mecanismo que está activo en el gato. Cuando está satisfecho y todo está bien, incluso puede anunciar su necesidad de amor. Pero esto también es una necesidad condicionada que proviene de las fuerzas impulsivas, no es libertad.

¿Por qué decimos que el ser humano tiene la posibilidad de la libertad? Porque es consciente de su individualidad. Ésta es la pequeña pero tremadamente importante diferencia. El animal no es consciente de su individualidad. No dice: «Quiero comer algo». Tiene hambre y en ese momento está tan identificado con esta sensación de hambre que sólo percibe la necesidad, no el yo. Un animal se identifica siempre con estados determinados originados por las necesidades impulsivas.

El ser humano es pues un individuo. Es capaz de ser libre y cuando lo es puede llegar a reconocimientos espirituales. Cuando la libertad se limita siempre es debido a miedos y los miedos hacen que el ser humano pierda la libertad. Entonces no es posible pensar claramente ni tener experiencias sutiles o visiones. Quiero mencionar aquí un caso especial, el de los mártires

Los mártires son perseguidos, encarcelados y sometidos a tormentos por un sistema enemigo y, sin embargo, llegan a reconocimientos espirituales, a un crecimiento espiritual explosivo.

Esto está aparentemente en contradicción con lo que he dicho antes pero está relacionado con el hecho de que estas personas se ven lanzadas más allá de la efectividad del miedo por el propio suceso. El miedo a ser herido, a ser débil o a enfermar es llevado al «punto de ebullición» por el suplicio y se derrama pues no hay ninguna posibilidad de hacer nada contra la fuente de ese miedo. Entonces la libertad

está ahí de nuevo, pero hay que estar dispuesto a renunciar a uno mismo y a la propia vida. La supervivencia queda, entonces, en manos del verdugo. Y en este estado de libertad, el reconocimiento espiritual es tan posible como en un estado de libertad alcanzado por uno mismo. Por eso los mártires nos impresionan tanto.

Tal vez, en la historia de la humanidad, desde el punto de vista espiritual, el martirio haya producido un efecto educativo. Personas que habían alcanzado un cierto nivel de madurez, pero que por sí mismos no podían superar un determinado punto en el proceso de desarrollo espiritual, recibían a través del destino la posibilidad de dar un paso importante.

Lo llamamos destino pero, tal vez, quien dirige este poder es una instancia. ¿Es la propia alma o mónada? También podríamos decir que es Dios quien nos ayuda en ese momento, como dirían los místicos cristianos. Pueden aparecer fuerzas que no sólo nos ayudan a superar este punto de gran dificultad sino que tal vez hayan producido la situación para que podamos dar el salto.

Visto así, podríamos considerar el martirio casi como un mecanismo educador divino. En este sentido, queda claro que el miedo también puede ser un método educativo espiritual.

Hay filosofías que señalan estos mecanismos como un hecho histórico. Los puntos de vista teosóficos, rosacrucianos y antroposóficos hacen alusión clara a estos mecanismos. Esto es también un factor que ha sido históricamente efectivo.

Hoy existe otro factor del que queremos ocuparnos: el desarrollo espiritual al que aspiramos. Pero esto está muy relacionado con nuestros miedos, los miedos que llevamos con nosotros, que son comunes a todas las criaturas y que no podemos sencillamente desconectar puesto que somos seres biológicos. Debemos ir al encuentro del miedo conscientemente, confrontarlo y superarlo o transformarlo.

En este punto quiero hacer una clasificación del ser humano en tres grupos: la persona que forma parte de la masa, la individualista y la persona consciente espiritual. Son tres tipos bien distintos.

Las personas de la masa son la mayoría, individualistas hay menos y las personas auténticamente espirituales son muy pocas. Las personas de la masa son el nivel básico.

Por diferentes razones, voy a definir estos grupos de manera más detallada.

### **Las personas de la masa**

Todos debemos saber lo más claramente posible dónde estamos en nuestro proceso de desarrollo. En mi opinión, esto es muy importante. La clasificación que acabo de introducir corresponde a un determinado estatus en el proceso de desarrollo y es importante que sepamos en qué nivel nos encontramos. Sobre todo para no engañarnos. El autoengaño es un enemigo del desarrollo espiritual y, cuando se da, nos quedamos atascados.

Una persona de la masa no se conoce a sí misma y sabe muy poco de sí. Conoce sus datos oficiales: cuándo nació, de qué familia procede, cómo han vivido sus padres y abuelos...

Se puede identificar consigo mismo pero no conoce su psicología. No sabe cómo es su interior y no conoce sus fuerzas individuales. La consecuencia es que se deja llevar de un lado a otro por el entorno y sigue las corrientes del momento porque no se conoce a sí mismo. Tiene una voluntad débil y no es capaz de asumir responsabilidades pues para hacerlo se requiere una voluntad fuerte. Se ve impulsada de un lado a otro no sólo por personas y situaciones sino también por sus miedos.

Además, para estas personas, quienes se muestran como individualidades son en cierto modo sospechosos. Tienden a tratarlos de manera crítica o con violencia, eso sí, nunca solas, siempre en grupo. Son extremadamente conscientes del colectivo donde viven y se abren paso. Tienen las ideas muy poco claras en lo referente a sus metas que, normalmente, aceptan de su entorno, sus padres, sus profesores... Muy a menudo tienen metas ilusorias o construyen castillos en el aire que no tienen nada que ver con la realidad. Sus metas en la vida se basan en la seguridad de su supervivencia. Cuando una persona no se plantea unas metas más allá de éstas, probablemente pertenezca al tipo de persona de la masa. También es típico de estas personas que no tengan una idea clara de sus límites individuales y que no sepan dónde acaba su espacio vital. Para un individuo, los límites son una protección y, en la medida en que es consciente de ellos, se puede proteger. Si no sabemos dónde empieza nuestro territorio, tampoco podemos defenderlo.

Así pues, la persona de la masa no tiene una conciencia clara de sus límites, está desprotegida y, por lo tanto, necesita protección del colectivo. Por eso debe regirse según el colectivo y seguir sus normas, para que el colectivo lo proteja y así tenga el sentimiento de seguridad y pertenencia. Evidentemente, una persona así está muy lejos de poder vivir y hacer realidad sus posibilidades espirituales.

### **Las personas individualistas**

El segundo tipo es el individualista que, como dijimos antes, es menos frecuente y en el pasado sólo se daba en los niveles superiores. Hoy es más frecuente encontrar a personas que aspiran a la individualidad pues el ser humano quiere elevarse por encima de la masa, quiere ser diferente porque sabe que es un individuo con cualidades y capacidades especiales. Se levanta y tiende a adoptar funciones de guía. La mayoría de las veces estas personas ponen un gran empeño en asumir responsabilidades (a diferencia de las personas del colectivo o de la masa, que rehuyen la responsabilidad).

El individualista asume responsabilidades y pone de manifiesto, ya sea con palabras o con su comportamiento, que se regula a sí mismo y que nadie puede decirle lo que debe

hacer. Esto es una frase típica o incluso un comportamiento típico. Pero estas personas tienden a abusar de la libertad de los demás. Se toman libertades y tienden a emplear los codos, lo que muchas veces es a costa de la libertad de otras personas. Esto es mucho menos defendible, sin embargo, en los libros de historia encontramos nombres de personas así que han dejado huella en la historia.



Los individualistas que quieren destacar del colectivo suelen esforzarse por construir una imagen de sí mismos, una imagen que proyectar para producir una impresión en las personas de la masa que los llevan a hombros y de esta manera llevar a cabo la tarea dirigente que desean realizar.

Un individualista percibe claramente sus límites y los deja claros para los demás. Tiene ámbitos de regencia o de dominio, ya sean físicos como algún tipo de posesión o en conceptos de tipo más psíquico como podría ser tener poder sobre personas.

Una persona así puede protegerse bien a sí misma porque conoce bien sus límites y quiere delimitar el ámbito que domina y conoce a fondo. Esto es lo que se conoce como protección individual, a diferencia de la protección colectiva que es la que necesitan las personas de la masa. Los individualistas desarrollan sus capacidades individuales al máximo.

### **La persona espiritual**

Por último tenemos el tercer tipo. Las personas conscientes (como sería correcto llamarlas desde el punto de vista psicológico) o las personas espirituales como también puede decirse.

Estas personas viven una individualidad consciente, su autoridad espiritual hace que no sea necesario que luchen por su individualidad ni para defender su soberanía e integridad. Están por encima de esto y saben que, en principio, nada puede pasárselas. Su integridad e individualidad son evidentes.

Evidentemente se les puede robar algo o intentar desacreditar pero raramente las afecta. Se sienten miembros de la comunidad, no obstante son individualidades muy marcadas y en las cuestiones individuales no se rigen por la opinión de los demás. Tienen un comportamiento íntegro y hacen lo que, según su responsabilidad, creen que deben hacer.

Son personas muy conscientes de su entorno y se sienten responsables en lo social porque se saben parte de la comunidad. Saben (como las personas de la masa) que sin la comunidad no podrían vivir y por eso la tienen en cuenta. No intentan nunca engañar ni perjudicar a nadie porque saben que si perjudican a la sociedad se perjudican a sí mismos. Sus objetivos sólo pueden comprenderse conjuntamente con sus metas espirituales en relación con la individualidad. No las pueden separar ni dejar de lado.

Así como el individualista tiene metas de grandeza, poder... en las que se enfatiza mucho el yo, a veces de manera un tanto excesiva, la persona consciente o espiritual tiene metas realistas pero suprapersonales.

La persona espiritual ve sus límites como un impedimento. La idea de estar limitada aquí y allá, limitada por los miedos o la incapacidad no encaja con ella. Por eso se esfuerza en superar estos miedos e incapacidades. Quiere superar sus límites. Así como el individualista está contento con sus límites y se ocupa de (por lo menos) mantenerlos, la persona consciente intenta superarlos. Por eso, análogamente, vive como una persona social y hace cosas para la sociedad. En principio, cuando ha llegado a la madurez no muestra ninguna actitud de protección. No necesita protección porque ya se siente protegida... sabe que es parte de la totalidad.

Su autoridad natural hace que busque responsabilidades sociales, que asuma responsabilidades por los demás, por el todo: ésta es, en la mayoría de los casos, su motivación vital. Su supervivencia personal ya no está en primer plano y finalmente desaparece del horizonte por carecer de sentido. La persona espiritual crece más allá de sus límites y esto sólo es posible cuando se enfrenta conscientemente con sus miedos.

Las personas de la masa y los individualistas están todavía impulsados por sus miedos y lo consideran algo natural. A este grupo pertenecen los dirigentes de nuestra sociedad que dicen que siempre ha habido guerra, que siempre habrá y que nunca cesará. Esto es una concesión fatal a la realidad de los impulsos y una incapacidad de ver que el ser humano puede ir más allá de esta realidad de los impulsos. Efectivamente, el ser humano puede hacerlo, como lo han demostrado muchos individuos a lo largo de la historia. Grandes figuras de la historia, místicos, mártires... héroes espirituales podríamos decir en el auténtico sentido de la palabra.

Quiero añadir algo más: para superar el miedo se necesita algo más que valor. Quién tiene miedo de algo concreto y sencillamente cierra los ojos y sale corriendo es, en lenguaje claro y diáfano, un estúpido. Al hacerlo se pone en una situación peligro que no puede ni quiere calibrar. Y la probabilidad de que lo supere es relativamente baja. Tiene tan poco sentido como engañarse a sí mismo o imaginarse que uno es algo que en realidad no es.

Para superar el miedo debemos confrontarnos con él, ir a su encuentro y ser conscientes de él. No cerrar los ojos y escapar corriendo sino permanecer ante él, mirarle a la cara y aguantarlo aunque sea desagradable. El miedo suele ser peor que lo que lo causa.

A menudo es un miedo psíquico a peligros que ya no tienen que ver con nuestro cuerpo sino que hacen referencia, por ejemplo, a nuestra supervivencia en un determinado nivel social o a nuestra carrera profesional. Esto no son miedos vitales reales, más bien podría decirse que son artificiales. Tener o poder vivir con más o menos dinero no es algo fundamental, es relativo. Si somos humildes y no tenemos grandes exigencias podemos vivir con menos dinero. Pero en nuestra sociedad, el prestigio es mayor cuanto más dinero se tiene. De todos modos esto no tiene nada que ver con la realidad de poder existir. Pero los impulsos que nos causan miedos sólo están dirigidos al objetivo de existir, no a satisfacer las normas de la sociedad en la que vivimos ni a hacer realidad determinadas esperanzas. Esto son miedos irreales y es muy importante tenerlo claro si queremos avanzar espiritualmente.

Contra los miedos básicos que deben mantenernos vivos, no debemos luchar, al menos no por el momento. Tal vez en algún momento en el estadio final del desarrollo espiritual pudiera ser interesante o incluso decisiva la cuestión de si podemos o no superar el miedo existencial. Para las personas que son conscientes de la espiritualidad y de sus posibilidades personales, y que luchan por ellas, estos miedos artificiales son sus verdaderos enemigos. Estos miedos deben ser desmantelados pues aquello contra lo que luchamos no son más que puras ilusiones. Desde la óptica espiritual no tienen ningún sentido y no nos aportan nada. Sólo nos producen problemas con nuestro entorno, peleas, juegos de poder y nos llevan a abusar de la libertad de los demás.

Es importante tenerlo en cuenta y, también aquí, sólo hay una posibilidad que nos puede dar buenos resultados. Debemos enfrentarnos con estos miedos que, muchas veces, ni siquiera reconocemos como tales. Por ejemplo, si somos ambiciosos, no lo reconoceremos como miedo pero, desde el punto de vista psicológico la ambición es miedo. Nuestros padres y nuestro entorno nos han inculcado que demostraremos que somos buenos y que tenemos una buena capacidad de superar la existencia si, con ambición, somos capaces de alcanzar una buena posición social. Si no lo conseguimos, los demás no nos aceptarán, por lo tanto debemos esforzarnos para conseguirlo. Si por miedo no podemos satisfacer esta esperanza nos sentimos bajo estrés, lo que a la larga puede ocasionarnos un infarto.

En el trasfondo de todo esto hay miedos irreales. Lo que debemos hacer es confrontarlos, reconocerlos como tales, soltarlos, darnos cuenta de que son irreales, que son ilusiones y tratarlos como tales. Esto tiene una relación directa, de primer plano y claramente sustancial con el desarrollo espiritual.

¡Cuántas cosas malas somos capaces de hacer los humanos a partir de estas motivaciones de miedo inconscientes! Sin embargo, como personas espirituales no podemos continuar haciéndolo.

Éste es un tema muy amplio sobre el que debemos reflexionar. Lo que hemos visto es una muestra. Debemos profundizar cada vez más en esta cuestión pues es un tema espiritual fundamental. Podemos saber mucho sobre las leyes espirituales pero si no aplicamos estos conocimientos para tomar conciencia de nuestros miedos irreales e ilusorios, si no los confrontamos y los eliminarlos para que dejen de ser factores importantes en nuestra vida, a pesar de nuestros conocimientos no tendremos ninguna oportunidad de avanzar por el camino de desarrollo espiritual.

*Traducción: Joan Solé, 2005*