

La identidad personal en el yoga integral y la psicología transpersonal

The Personal Identity in the Integral Yoga and Transpersonal Psychology

Vicente Merlo

Universitat de Barcelona, España
merlo.vicente@gmail.com

Recibido: 03/11/2021

Aceptado: 18/04/2022

Formato de citación:

Merlo, V. (2022). “La identidad personal en el yoga integral y la psicología transpersonal”. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 94, 88-100, <http://apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/vmerlo.pdf>

Resumen

Se aborda aquí la cuestión de la identidad personal en el pensamiento de Sri Aurobindo y su vedānta integral, así como en la psicología transpersonal (PT). Tras una breve presentación de ambos enfoques se ponen de manifiesto sus similitudes, deteniéndonos de modo especial en dos autores de la PT: Ken Wilber y A.H. Almaas. En el primero, el hilo conductor es la diferencia entre ego, alma y Self, mientras que el segundo matiza la distinción entre personalidad y esencia, y dentro de esta entre el Yo esencial y la Esencia personal. En el caso de Sri Aurobindo y su *vijñāna-advaita-vedānta* destacan las nociones de ser anímico, jivātman y paramātman, posibilitando la distinción entre distintos niveles de la identidad personal: psicológica (el ego), anímica (el psychic being), monádica (el jivātman) y última (Puruṣottama o Paramātman).

Palabras clave

Sri Aurobindo, A.H. Almaas, K. Wilber, vedanta integral, identidad personal, psicología transpersonal.

Abstract

The question of personal identity in the thought of Sri Aurobindo and his integral Vedanta, as well as in transpersonal psychology (PT), is addressed here. After a brief presentation of both approaches, their similarities are revealed, paying special attention to two authors of the PT: Ken Wilber and A.H. Almaas. In the first, the common thread is the difference between ego, soul, and Self, while the second nuances the distinction between personality and Essence, and within this between the Essential Self and the Personal Essence. In the case of Sri Aurobindo and his *vijñāna-advaita-vedānta*, the

notions of psychic being, *jivātman* and *paramātman* stand out, making it possible to distinguish between different levels of personal identity: psychological (the ego), psychic (the psychic being), monadic (the *jivātman*) and supreme identity (Paramātman or Puruṣottama).

Keywords

Sri Aurobindo, A.H. Almaas, K. Wilber, integral vedanta, personal identity, transpersonal psychology.

1. Introducción

La pregunta por la naturaleza de la identidad personal, incluso de su misma existencia, constituye una de las cuestiones más espinosas de las que se han planteado la psicología y la filosofía. En este artículo nos proponemos revisar la visión de la identidad personal que se encuentra en uno de los pensadores más originales y creativos de la India del siglo XX, Aurobindo Ghose, así como las principales concepciones dominantes en la psicología transpersonal. Como no queremos dar por supuesto que son conocidos por todos los lectores, nos permitiremos una breve introducción a cada uno de ellos.

Comenzaremos por Sri Aurobindo (1872-1950), como es conocido generalmente este original pensador y yogui, reconocido como uno de los más lúcidos e influyentes portavoces de lo que se ha llamado “neohinduismo”. Su período creativo tiene lugar durante toda la primera mitad del siglo XX, tras su formación, durante 14 años en Inglaterra (1879-1893), lo que le permitió convertirse poco después en uno de los pioneros de la síntesis Oriente-Occidente, sobre todo a través de los artículos publicados entre 1914 y 1921, que más tarde vieron la luz como libros independientes (algunos revisados y ampliados), entre los que podemos destacar: *La vida divina*, *Síntesis del yoga*, *Ensayos sobre la Gita*, *El ciclo humano*, *El ideal de la unidad humana*, *Savitri*, y un largo etcétera. Aquí nos interesa, sobre todo, el Sri Aurobindo filósofo y pensador, pero hay que decir que en él se fueron expresando, de manera brillante, varios rostros más, como el de poeta, político, yogui y maestro espiritual.

Su concepción filosófica recibe la denominación de *pūrṇa-advaita* (no-dualismo integral) que muestra su deuda con la tradición vedántica, conociéndose también como vedānta integral, frente a concepciones relevantes de la propia tradición hindú, a las que él denominó “ilusionistas”, por defender una determinada interpretación de la noción de *māyā*, que lleva a considerar que el mundo en su totalidad, la entera manifestación espacio-temporal, no es sino una especie de “ilusión” o “sueño” del que hay que despertar, para recuperar la conciencia de que la única realidad es Brahman, el Absoluto más allá de todo espacio y todo tiempo. Śaṅkarācārya (siglos VIII-IX) se convirtió en el representante más destacado de dicha concepción y con él entra especialmente en diálogo.

Si lo anterior apunta a su dimensión teórica, su dimensión práctica se enmarca en el mundo del *yoga*. Y su propuesta recibe el nombre de “yoga integral” (*pūrṇa-yoga*), pues lleva a cabo una integración de los distintos yogas tradicionales (haṭha, raja, tantra, karma, bhakti, jñāna), concediendo especial relevancia a los tres últimos. Por otra parte, puede añadirse a su presentación del yoga el calificativo de “supramental”, noción que constituye la clave de bóveda de su obra, teórica y práctica. Por ello, y porque hay otras visiones que se conocen también como “yoga integral”, creemos conveniente denominar el enfoque de Sri Aurobindo: “yoga integral y supramental”.

Por otra parte, la psicología transpersonal celebra su reunión fundacional en 1968, a partir de un núcleo de psicólogos y psiquiatras insatisfechos con las psicologías dominantes durante las primeras seis décadas del siglo XX (conductismo, psicoanálisis, psicología cognitiva, psicología humanista, etc.). Los dos más conocidos de entre los presentes en aquel acto fundacional son Abraham Maslow y Stanislav Grof.

Podemos caracterizar muy brevemente la psicología transpersonal diciendo que trata de unir la ciencia occidental (especialmente la psicología) y la sabiduría oriental (especialmente hinduismo y budismo, o más concretamente, del primero su versión vedántica, y del segundo el enfoque del Zen y del Vajrayāna o budismo tibetano). Igualmente trata de integrar en lo personal la dimensión prepersonal y la dimensión transpersonal, siendo esto último una de sus aportaciones más destacadas.

Dicho de otro modo, la psicología venía reconociendo las facetas inconscientes y conscientes del ser humano (correspondientes a las fases preegoica y egoica del desarrollo), pero la psicología transpersonal se toma en serio el estudio, a ser posible científico, y cuando no lo sea, rigurosamente filosófico, de las experiencias-cumbres, espirituales, místicas, a las que se accede a través de estados ampliados de conciencia, alcanzados estos por distintos medios, sea la meditación, la plegaria, la apertura espontánea de la conciencia, el uso de sustancias psicodélicas, enteógenas, etc.; no importa ahora tanto el medio utilizado como el campo de investigación descubierto. Tales estados expandidos de conciencia mostrarían la posibilidad de ir “más allá del ego”, descubriendo así no solo nuevos campos de conciencia transpersonales, sino también una identidad más amplia que aquella habitualmente admitida en las ciencias y las filosofías dominantes en ese momento.

Recientemente, Glenn Hartelius, uno de los actualmente destacados representantes de la psicología transpersonal, promoviendo la exigencia de científicidad en el estudio propio de esta disciplina, ha publicado, junto a un grupo de colaboradores, un estudio bibliométrico (Hartelius *et al.*, 2021). En él se muestra la aparición de una segunda ola en la psicología transpersonal, coincidiendo aproximadamente con el cambio de siglo, después de unos 30 años de desarrollo de la misma, a través de su primera ola, en la que autores como S. Grof, Ken Wilber, Michael Washburn, John Welwood, Charles Tart y tantos otros habrían compartido una visión perennialista de la psicología transpersonal y se habrían centrado principalmente en el logro de la trascendencia a través de los señalados estados ampliados de conciencia. Por otra parte, en los ya más de veinte años de desarrollo acaecido en el siglo XXI, habrían surgido (o cobrado más fuerza) tanto el giro participativo, representado especialmente por Jorge N. Ferrer, como los enfoques feministas y ecologistas. Casi podría decirse que una sensibilidad postmoderna ha ido pasando a primer plano, o al menos complementando los temas y las perspectivas centrales en la psicología transpersonal. En ese sentido, va creciendo una actitud más “encarnacionista” (*a full-chakra spirituality*, como propone Ferrer), más inmanentista, más comprometida ecológica, social y políticamente, etc.

En este artículo vamos a centrarnos en las distintas concepciones de la identidad personal que hallamos tanto en la psicología transpersonal como en Sri Aurobindo. No se trata de dos campos separados. Hay una razón profunda para presentarlos juntos, y es que Sri Aurobindo es una de las influencias importantes en la psicología transpersonal, como precursor frecuentemente citado en un buen número de los autores transpersonalistas. No podemos desarrollarlo aquí, pero baste insinuar la influencia tenida en el Instituto Esalen, a través de uno de sus fundadores, Michael Murphy, el papel central que desempeñó a través de algunos representantes de su pensamiento, como Indra Sen o Haridas Chaudhuri, en la semilla plantada de lo que se convertiría en el CIIS (California Institute of Integral Studies), tan fundamental para el desarrollo de la

psicología transpersonal, o su presencia significativa en prácticamente todas las obras de Ken Wilber, así como en la concepción de fondo de S. Grof, o en las preferencias mostradas por Michael Daniels, etc.¹ de aquellos factores que efectivamente operan como mediadores.

2. La identidad personal en la psicología transpersonal

2.1. Los precursores

Antes del surgimiento de la psicología transpersonal a finales de los años 1960, cabe señalar una serie de “precursores” que, sin necesariamente utilizar ese término ni abordar todos los temas que luego han llegado a ser centrales en la psicología transpersonal e integral, se anticipan de algún modo al estudio de los estados de conciencia que luego se llamarán transpersonales. Entre tales precursores destacan, a mi entender, y por orden cronológico de nacimiento, Richard Bucke (1837-1902), William James (1842-1910) Frederic Myers (1843-1901), C. G. Jung (1875-1961), Roberto Assagioli (1888-1974) y Dane Rudhyar (1895-1985).

En la cuestión que nos ocupa ahora, la de la identidad personal o el concepto de “yo”, podemos recordar que la experiencia central del psiquiatra canadiense R. Bucke, que justamente da título a su obra más célebre, consiste en descubrir una identidad que trasciende con mucho el ego psicológico y a la que denominó “conciencia cósmica”. Esta será una de las experiencias transpersonales que aparecerá con frecuencia, por ejemplo, en los estudios de S. Grof.

Por su parte, en W. James hallamos la idea de “un yo más amplio, superior o espiritual”, que constituiría la fuente de la “variedad de experiencias religiosas”, por hacer alusión a la obra que lleva ese título y que tendrá enorme influencia con su propuesta de un “empirismo radical”. Amigos y admiradores mutuos fueron W. James y F. Myers, uno de los fundadores de la *Society for Psychical Research*, la destacada Sociedad para el estudio de la Investigación Psíquica, centrada en lo que más tarde se denominará fenómenos paranormales, y que dará lugar a la ciencia de la parapsicología a mediados del siglo XX. Myers tematizó la noción de un “yo subliminal”, del cual el “yo empírico” no sería sino una pequeña porción.

En cuanto a C. G. Jung, probablemente la influencia más importante procedente del campo de la psicología en muchos de los autores transpersonalistas, es bien conocida la importancia del *Selbst* o *Self*, el Sí-mismo, aunque pueda entenderse como imagen arquetípica que representa el fundamento primordial y la totalidad de la psique, uniendo la conciencia y el inconsciente (Daniels, 2005: 179-185)

El psiquiatra italiano Roberto Assagioli, buen conocedor de la obra de Freud y de Jung, y creador de la Psicosisíntesis (sin duda marcando sus diferencias tanto con el psicoanálisis freudiano como con la psicología analítica junguiana), fue el primero de ellos en hablar, más allá del yo personal, de “un yo superior o transpersonal”, que identificaba –conocedor de las tradiciones orientales, especialmente de la India– con el *ātman* del vedānta hindú. Del mismo modo que insistió en distinguir entre inconsciente inferior, medio y superior (o supraconsciente), como puede verse en su célebre diagrama oval, en el campo psicoterapéutico distinguió entre *psicosisíntesis personal* y *psicosisíntesis transpersonal o espiritual*. Como afirma Daniels (2005: 189), “es muy difícil leer a Assagioli sin extraer la conclusión de que considera el Yo [transpersonal] como una realidad ontológica auténtica (el Alma o *Ātman*)”. Veremos, más adelante, cómo también Almaas y Sri Aurobindo comparten esta firme apuesta ontológica:

¹ Me he ocupado de la importancia de Esalen como crisol de la psicología transpersonal, así como del pensamiento de S. Grof, K. Wilber, J. Ferrer y otros en Merlo (2022a).

nuestra identidad personal más profunda no es un mero constructo psicológico (como lo sería la identidad egoica), ni un arquetipo presente en el inconsciente colectivo, sino una presencia ontológica real.

En cuanto a S. Grof, uno de los pilares de la psicología transpersonal y cuyo mapa de la psique es, quizás, uno de los más completos y abarcales, distinguía tres dominios de la psique: el inconsciente biográfico o personal; el ámbito de lo perinatal, con sus 4 matrices perinatales básicas; y el campo de lo propiamente transpersonal (Grof, 1994, 1998, 1999; y Merlo, 2022: 83-96).

2.2. Ken Wilber: ego, alma, Self

Detengámonos un poco más en algunos de los representantes más ilustres de la psicología transpersonal-integral en curso. Comenzaremos por Ken Wilber, uno de los teóricos más fecundos y abarcadores del movimiento transpersonal. Poco a poco se ha visto la necesidad de distinguir la psicología transpersonal científica –esfuerzo especialmente impulsado por G. Hartelius, Friedman y otros (Friedman y Hartelius, 2013)– y la teoría o filosofía transpersonal, formando el campo más amplio de los Estudios Transpersonales. Wilber trata de integrar ambos aspectos, pero por los primeros es situado entre quienes dan el salto a una concepción del mundo claramente metafísica (a pesar de las afirmaciones del último Wilber pretendiendo representar una psicología transpersonal postmetafísica), muy influida por tradiciones espirituales, y concretamente por el vedānta no-dualista, el budismo vajrayāna y la visión de Sri Aurobindo (hasta el punto de que J. Rowan le acusa de esa “estrecha selección”, utilizando el acrónimo VBA: Vedānta-Budismo-Aurobindo).

En varias de sus obras (Wilber, 1998, 2018) utiliza la metáfora de la escalera y el escalador. Los distintos peldaños de la escalera representan los estadios del desarrollo o estructuras básicas de la conciencia, mientras que el yo (o “sistema del yo”) es la sensación de identidad propia del “escalador”. Sensación de identidad que va transformándose con la evolución de la conciencia, de modo que en cada “estado de conciencia” y en cada “estructura de conciencia” el yo adopta una forma, según la cual recibe el nombre de *ego*, *alma* o *espíritu* (o testigo) respectivamente.

Wilber, esta vez basado sobre todo en la clasificación upaniśádica, posteriormente elaborada por el vedānta, distingue 5 estados de conciencia: ordinario, sutil, causal y no-dual (“el cuarto”, *turīya*), constituyen los más clásicos en dicha tradición. A este último lo identifica con el Vacío supracausal, que puede entenderse también como Conciencia pura, Presente atemporal o Libertad radical. En algunos desarrollos, también en Ramana Maharshi, uno de los sabios hindúes citados por Wilber con frecuencia, y a quien pone como ejemplo de estado no-dual, recibe justamente este nombre. El estado de conciencia no-dual puede definirse, de la manera más breve posible, como la unión de Vacuidad y forma (Wilber, 2018: 175).

Pues bien, lo que nos interesa es que la sensación de identidad se vive y se interpreta como *ego* cuando nos movemos en el estado de conciencia ordinaria, que suele acompañar a nuestra existencia en el ámbito físico-denso. Sin embargo, en el siguiente estado de conciencia, el sutil, el yo es vivido como *alma*. Hay que tener en cuenta que aquí, sutil no es solo lo etérico o lo vital, sino también lo afectivo y lo mental. Finalmente, en el ámbito causal, la identidad es denominada *el Testigo*, Espíritu o *Self*. Wilber afirma que el centro de gravedad de la conciencia va cambiando del ego al alma y de esta al *Self*.

El *Self*, el Yo o Sí-mismo (también en el primer Wilber la influencia de Jung es muy perceptible) es en Wilber eternamente existente, trascendente al mundo, aunque en este se halle de manera inmanente a lo largo de la evolución. El alma evoluciona de una vida

a otra, tal como se afirma tanto en la tradición vedántica como en la tradición budista, aceptando así la reencarnación o el renacimiento (aunque el último Wilber, postmetafísico, considera esto una hipótesis posible, pero sin evidencia empírica). Ego, alma y Testigo serían pues tres estados del Yo trascendente, eterno, único (Merlo, 2022: 123-183). En lo que atañe al estatuto ontológico de la identidad transpersonal según Wilber, parece claro que, pese a ciertas ambigüedades, su interpretación está más cerca de lo metafísico que de lo biológico o lo psicológico. Lo ha visto bien Daniels cuando afirma: “De este modo, el alma y el Testigo no son entendidos simplemente como *estructuras psicológicas* que emergen durante la vida del individuo, sino que más bien existen como *realidades metafísicas* inmortales o atemporales” (Daniels, 2005: 204; tb. Daniels en su versión revisada de la misma obra, 2021: 189).

Si bien Wilber tiende a poner como ejemplo del estado no-dual a Ramana Maharshi, esa integración de Vacuidad y forma(s) que caracteriza a la vivencia de lo no-dual en el mundo, creo que vendría mejor ejemplificada por Sri Aurobindo, otro de los sabios hindúes más mencionados por Wilber, como hemos insinuado ya.

2.3. A.H. Almaas y la joya de valor incalculable

A. Hameed Alí, más conocido por Almaas, que significa “diamante” en árabe (nació en Kuwait en 1944), no siempre aparece entre los representantes de la psicología transpersonal, aunque es fácil encontrarlo como autor importante con quien muchos de ellos entran en diálogo con un profundo reconocimiento (K. Wilber, J. Welwood y J. N. Ferrer, por poner tres ejemplos destacados). Si Wilber en algún momento comentó que él encarna no la figura del *guru* (maestro espiritual) sino la del *pandit* (el erudito, aunque no por ello sea ajeno a la experiencia espiritual), podríamos decir que Almaas sí que encarna la figura del maestro espiritual, al mismo tiempo que basa el Enfoque Diamante –como se denominan las enseñanzas y el método de realización por él presentado–, en un amplio conocimiento de la psicología profunda, quizás muy especialmente de la psicología del ego y la psicología de las relaciones objetales. En muchas de sus obras aparecen con frecuencia autores como W. Ronald D. Fairbairn, Heinz Hartmann, Otto Kernberg, Harry Guntrip, Margaret Mahler, D.W. Winnicott o Heinz Kohut.

Esta espiritualidad psicológicamente enraizada puede considerarse una de las características de la psicología transpersonal. Se ha hablado de su enfoque como de una “fenomenología del Ser”, capaz de describir los distintos aspectos esenciales de la realidad, pero también como una psicoterapia espiritual que busca una auténtica integración de la personalidad en el Ser.

En una de sus obras principales (Almaas, 1988) se muestra bien su diálogo con la teoría de las relaciones objetales, así como su elaboración de la noción central de la Esencia Personal en tanto que dimensión crucial de la identidad personal. Dicha esencia personal es lo que concibe como “la perla de valor incalculable”. Ahora bien, para entender su naturaleza hay que distinguirla de otros tres conceptos centrales en el tema que nos ocupa: el ego o individualidad egoica, el Yo Esencial (*Essential Self*) y el Ser.

La naturaleza del ego ha sido bien estudiada por la psicología del desarrollo, y Almaas conoce y acepta las conclusiones principales que dicha disciplina ha ido logrando, pero, así como generalmente se considera que nuestra identidad individual se limita a dicha identidad egoica –como estructura psicológica cuyo desarrollo y posibles deficiencias han sido suficientemente estudiados–, Almaas considera que nuestra identidad abarca mucho más que la estructura egoica. Él, que conoce las diversas tradiciones orientales, señala cómo en estas predomina la idea de que el ego es una ilusión que hay que superar (como sucede tanto en el vedānta advaita tradicional como

en buena parte del budismo), de modo que la Realización o Liberación se concibe como una superación del ego, y de toda individualidad, afirmando que nuestra única identidad real es el Ser (llámesele Parabrahman, Dharmakaya o de otro modo).

Pues bien, según Almaas, el ego es un reflejo del verdadero ser humano, la Esencia Personal, que es una “presencia atemporal”, con una serie de cualidades, entre las que destacan la autonomía, la plenitud, la armonía, la integridad, el carácter personal, etc. Por otra parte, dicha Esencia Personal es un aspecto del Ser. De especial importancia resulta la relación y la diferencia entre la Esencia Personal y el Yo Esencial, que a primera vista podrían parecer lo mismo. Hay que decir que esa capacidad de discernir con gran lucidez y precisión, esa maestría en mostrar las diferencias es una de las características de la “conciencia diamante”. El siguiente texto permite esbozar la realidad a la que apuntan ambos conceptos:

El Yo Esencial (*Essential Self*) es un aspecto central de la Esencia, diferente de la Esencia Personal. La Esencia Personal se siente como una individualidad, una persona, mientras que el Yo Esencial se siente como una identidad, una sensación de *self*. La Esencia Personal se siente como “Yo soy”, mientras que el Yo esencial se siente como “Yo”. La Esencia Personal tiene un cierto sentido de identidad, pero no tan específico y distinto como el Yo Esencial. La sensación de seidad (*beingness*), del “soy”, es mucho más dominante que el sentido de identidad, el “Yo”, mientras sucede lo inverso en el caso del Yo Esencial (Almaas, 1988: 267).

Se ha hablado de “presencia fluida sustancial” para referirse a la Esencia Personal, que puede comprenderse, en realidad, como el verdadero sentido del término “alma”, en tanto que individualidad espiritual, respecto de la cual el ego no es sino un reflejo.

Por su parte, el Yo Esencial es una “presencia definida, sin fronteras”. La relación entre ambos conceptos, entre ambos aspectos de la Esencia, puede indicarse afirmando que la Esencia Personal es la verdadera persona, mientras que el Yo Esencial es su verdadera fuente:

El surgimiento de la Esencia Personal puede considerarse un desarrollo a partir del Yo Esencial. Es como si el Yo Esencial se plenificara a través de la metabolización de la experiencia personal. La comprensión de la relación entre la Esencia Personal y el Yo Esencial es una cierta realización en el proceso de realización interior, que ocurre en sus etapas más profundas. La relación es vista como una relación de amor y valor, como la relación objetual auténtica y esencial. La Esencia Personal es la verdadera persona, y el Yo Esencial es su verdadera fuente. Uno se experimenta a sí mismo como una plenitud viva, como la expresión del amor, el gozo, el placer, el valor y la luz del Yo. Uno es el Ser, pero plenamente enraizado en el mundo (Almaas, 1988: 285).

Es necesario tener en cuenta, ante estas sutiles distinciones, que no se trata (al menos esa es la afirmación del autor, como sucede en el caso de las experiencias místicas, los estados de conciencia transpersonales o las intuiciones gnósticas) de un mero esquema conceptual, sino de una sofisticada expresión de lo que el propio Almaas denomina (igual que nuestro siguiente autor, Sri Aurobindo, a quien cita en varias ocasiones en la obra que tomamos como hilo conductor, por ejemplo en las páginas 18-19, 121-2, 430-1 y 469) “conocimiento por identidad”, muy diferente del conocimiento dual, conceptual, representativo, que caracteriza a la mayor parte del resto de nuestros conocimientos. Utilizando esta noción en relación con el conocimiento del Ser, a propósito de esa

cualidad que denomina *beingness*, exclama: “es la experiencia de la Esencia Personal como Ser” (Almaas, 1988: 50). “Se conoce el Ser siéndolo, porque el Ser es autoconsciente. Es autoconsciente porque es conciencia pura. Esta conciencia no es una actividad, es una presencia” (Almaas, 1988: 65). “Es un conocimiento por identidad” (Almaas, 1988: 92). Esto implica que no cabe aquí la verificación empírica, ni la falsación a través de determinadas observaciones o de experimentos controlados. La descripción fenomenológica realizada constituiría una invitación a la realización del Ser, del Yo Esencial, y de la Esencia Personal (la joya cuyo valor está más allá de todo precio) como realidades bien definidas y experienciales, diferentes de la estructura egoica, que generalmente constituye lo que creemos ser nuestra identidad.

Una última distinción que muestra también otra de las interesantes similitudes con nuestro próximo autor, es la que realiza entre *realización* y *desarrollo*. En este caso nos interesa la realización de la Esencia Personal, que es concebida no como un proceso con un final insuperable y definitivo, sino como un proceso que no termina nunca. Es lo que desarrollaría más tarde, en dos de sus obras más recientes, *Runaway Realization* (Almaas, 2014), y en una de las (relativamente) pocas traducidos al castellano, *La alquimia de la libertad* (Almaas, 2017).

Si la *realización* implica que esa *experiencia* se convierte en un logro personal permanente, eso no constituye el final de la historia, sino que es posible, y necesario para lo que podríamos considerar una plenitud integral, lo que denomina *desarrollo* y que sería equivalente (en el sentido de la noción “equivalentes homeomórficos” acuñada por R. Panikkar) a lo que Sri Aurobindo denomina *transformación integral*.

Sin embargo, esto [la realización de la Esencia Personal] no necesariamente indica la completa transformación del ego o la completa desidentificación de sus estructuras-. En esta etapa la condición habitual es que hay siempre la presencia esencial, pero todavía queda alguna identificación con las estructuras del ego. La conciencia individual es dominada alternando entre ambas por la presencia esencial y por la individualidad egoica. La identidad con la Esencia alterna con la identidad con el ego (Almaas, 1988: 339; también, para la diferencia entre realización y transformación, Almaas, 1996: 408).

En otra de sus obras principales, *The Point of Existence: Transformations of Narcissism in Self-Realization* (Almaas, 1996), publicada ocho años después de aquella que nos ha servido de hilo conductor hasta el momento, Almaas define con claridad dos de esos conceptos que hemos visto resultan esenciales para la comprensión del Enfoque Diamante. Así, respecto al *self* afirma: “Nuestro uso de la palabra es inhabitual, ya que se refiere a una presencia ontológica real, no a un constructo” (Almaas, 1996: 13). E identificando este *self*, yo o sí-mismo, con su comprensión del alma (*soul*) dice: “En nuestra visión, el yo es un organismo viviente que constituye un campo de percepción y de acción. Es lo que llamamos 'alma'. Fundamentalmente, es un organismo de conciencia, un campo de conciencia capaz de lo que llamamos experiencia: experiencia del mundo y de la conciencia auto-reflexiva de sí mismo. En este libro utilizaremos las palabras *soul* y *self* (alma y yo) de modo intercambiable” (Almaas, 1996: 13).

¿Y en qué consistiría la auto-realización? –esto es la realización de ese “yo” o “sí-mismo” que acabamos de describir. Baste su siguiente caracterización: “En la autorrealización, nos experimentamos estando presentes *en tanto que* presencia. No es la presencia del cuerpo, las emociones, los pensamientos. Es la presencia de la presencia. Ser plenamente consciente/conocedor de uno mismo como presencia es la

característica central y más positiva de la experiencia de auto-realización” (Almaas, 1996: 19).

Una buena síntesis del enfoque diamante en lo que a nuestro tema atañe puede verse en la siguiente cita: “La conclusión que nos vemos obligados a adoptar, apoyada por la experiencia directa y por el conocimiento de las enseñanzas espirituales más profundas de la humanidad; es que la auto-representación [el ego como imagen de uno mismo] es inevitablemente incompleta, falsa y distorsionada, cuando excluye la esencia del yo, que es el Ser como presencia. Esta identidad incompleta proporciona también una sensación de debilidad, vulnerabilidad y superficialidad” (Almaas, 1996: 125).

El Ser como presencia constituye, pues, nuestra “identidad esencial” en su doble vertiente antes analizada: Yo Esencial y Esencia Personal. Esa Identidad Esencial es *the point of existence*, al que se refiere el título de su obra de 1996. En un texto igualmente clarificador leemos: “La realización de la Identidad Esencial es la expresión de la realización del Absoluto, tal como se refleja en la experiencia individual, en el mundo del espacio-tiempo. La Identidad Esencial es la chispa del Absoluto en el alma individual, y dado que el proceso central del desarrollo espiritual es la auto-realización, su realización da comienzo a la realización del Absoluto” (Almaas, 1996: 441).

Esa Identidad Esencial corresponde, como recuerda en varias ocasiones, al *ātman* del hinduismo. Con ello pasamos a ese autor, reconocido como uno de los exponentes más creativos, originales y brillantes del neohinduismo, que es Sri Aurobindo. En él, la noción de *ātman* (universal), matizada con los conceptos de *jivātman* (individual) y *paramātman* (trascendente), nos reconducen a nuestra identidad última.

3. La identidad personal en el *vijñāna-advaita-vedānta* de Sri Aurobindo

Nos centraremos a continuación en la visión expuesta por Sri Aurobindo, aunque hemos querido emplear en el título de este apartado esta expresión con la que recientemente se está apuntando a un linaje específico en el que se insertarían Sri Ramakrishna, Swami Vivekananda y el propio Sri Aurobindo (véase Merlo, 2022c)

Si puede hablarse de una *psicología del yoga integral*, que hallaríamos en las obras de Sri Aurobindo, especialmente en *La vida divina* (*The Life Divine*: LD), *La síntesis del Yoga* (*The Synthesis of Yoga*: SY) y *Cartas sobre el yoga* (*Letters on Yoga*: L), podría decirse que su concepción psicológica del ser humano distingue entre la personalidad triple (física, vital y mental) y el ego (como constructo psicológico y centro coordinador de la personalidad). El ser humano funcionaría generalmente como una personalidad ego-centrada. Hay que decir que la expresión “lo vital” se refiere no solo a los impulsos vitales, los deseos, etc., sino también buena parte de lo que generalmente se denomina, más bien, emociones y sentimientos.

Ahora bien, nuestro autor tematiza la noción de “lo subliminal”, que incluye no solo lo considerado “subconsciente”, según la noción dominante de “el inconsciente”, sino también lo que denominaremos “supraconsciente”, aunque para la personalidad egocentrada suele permanecer no-consciente. Pues bien, lo subliminal nos lleva a distinguir entre nuestro “ser externo-superficial” (el cuerpo físico y sus sensaciones más fácilmente identificables; el vital con sus movimientos instintivos, impulsivos, que nos son bien conocidos; y la mente en su funcionamiento habitual como movimiento de pensamientos e imágenes, la mente mecánica, por una parte, pero también la mente reflexiva, racional, argumentativa) y nuestro “ser interno subliminal”, que goza de una mayor profundidad, que se encuentra por debajo del umbral de nuestra conciencia cotidiana, pero cuyos movimientos subterráneos influyen en la personalidad mucho más de lo que creemos.

No vamos a desarrollar estos aspectos más conocidos por las distintas psicologías, pues todo ello son instrumentos o vehículos a través de los cuales se expresa la identidad que domine en todo ello, aunque ya sabemos (el menos desde Platón) que el sistema psíquico admite la analogía con los sistemas de gobierno, de modo que según cual sea el predominio de los distintos factores puede asemejarse a una monarquía (a veces tiranía), a una democracia (aunque con un jefe de Estado, un presidente de la República o un jefe de gobierno con mayor o menor poder) o incluso a una anarquía (en la que cada parte mira por sus propios intereses y no hay una coordinación central, sino un desorden que puede llegar al caos, político o psicológico).

Dejemos de lado esas interesantes analogías y digamos que el primer nivel de nuestra identidad es aquel que podemos considerar nuestra *identidad psicológica*. Hablar de identidad no implica aceptar una mismidad inmutable, un algo o un alguien que no cambie con el paso del tiempo, de modo que lo único que cambiaría serían sus instrumentos. Así, por ejemplo, las escuelas psicológicas que han hecho del estudio del yo, el self, las relaciones objetales, el centro de su estudio, se inclinan a defender la existencia de una estructura psicológica dinámica, en la que pueden identificarse una serie de patrones con cierta duración a lo largo del tiempo, pero sin necesariamente hablar de una mismidad que se mantenga idéntica a sí misma durante toda la vida. Podría decirse que estos análisis (Kohut, Guntrip, Klein, etc.) no serían muy diferentes del análisis que Sri Aurobindo realiza del ego. Respecto a este último afirma: “El ego es una formación de la Naturaleza; pero no es una formación solo de la naturaleza física, por tanto, no cesa con el cuerpo. Hay también un ego mental y vital” (Sri Aurobindo, 1972c: 279). O más ampliamente:

La naturaleza del ego es la autolimitación de la consciencia, porque quiere ignorar el resto de su juego y porque queda absorto exclusivamente en una forma, una combinación de tendencias, un campo del movimiento de energías. El ego es el factor que determina las reacciones de error, aflicción, dolor, mal y muerte (Sri Aurobindo, 1972a: 58).

¿Se agota el ser humano en esa personalidad egocentrada, por compleja, flexible y funcional que esta se muestre? ¿Constituyen estos diversos componentes psíquicos la totalidad del ser humano y dependen para su existencia de su base biológica, corporal, cerebral? ¿No hay conciencia ni yo sin cuerpo y cerebro? La respuesta suele ser afirmativa en las psicologías y las metafísicas que podemos denominar naturalistas o materialistas, que constituyen todavía el paradigma hegemónico en las neurociencias actuales. En el caso de Sri Aurobindo, de modo similar a como hemos señalado en la psicología transpersonal, las respuestas son todas ellas negativas. ¿Qué hay, pues, en el ser humano, más allá de la personalidad centrada en el ego psicológico?

La respuesta del *pūrṇa-advaita* sería, en primero lugar, que más allá de la personalidad egocentrada, que constituye su identidad psicológica provisional y cambiante, existe, de manera más esencial para el ser humano, lo que Sri Aurobindo denomina “el ser central”. Este, a su vez, consta de dos polos, de dos dimensiones o aspectos. En terminología aurobindiana, el ser central está compuesto por el *ser anímico* y por el *jivātman*. Traduzco como *ser anímico* la expresión *psychic being*, muy frecuente en Sri Aurobindo. Si bien generalmente se traduce de manera literal como “ser psíquico”, mi preferencia por la traducción indicada se debe a la polisemia del término “psíquico”, asociado o bien a lo psicológico (y en este caso es obvio que nos hallamos ante un elemento, una identidad, metapsicológica o transegoica) o bien a lo parapsicológico, como cuando se habla de una persona psíquica, en contacto con mundos ocultos, abierta a lo paranormal, etc). Por otra parte, en múltiples ocasiones, Sri

Aurobindo identifica el *psychic being* (al parecer muy influido por el uso que de él realizaba Mirra Alfassa, hablando de *l'être psychique*) con el alma individual (*individual soul*). De algún modo, el ser anímico o ser álmico, como en ocasiones se prefiere decir, tiene una estrecha relación con la noción del “alma” en muchas de las concepciones espiritualistas.

El ser anímico constituye nuestra *identidad anímica*, si queremos acuñar este término, aquí que estamos preguntándonos por la identidad del ser humano. El ser anímico sí que constituye una mismidad con un alcance mucho mayor, ya que es el mismo ser, el mismo sujeto autoconsciente, que recorre la serie de encarnaciones que la mayoría de los seres humanos tienen como destino. Es decir, es el mismo (es un alguien y no solo un algo) vida tras vida. Efectivamente, esto supone la idea del renacimiento o la reencarnación, en un determinado sentido, digamos que más cerca de la concepción hindú dominante de la reencarnación que de la concepción budista del renacimiento. Esto exigiría un desarrollo mayor, que no es necesario aquí, pero que ha sido insinuado en algunas de las versiones filobudistas de la psicología transpersonal (por ejemplo, John Welwood, 2002: cap. 8 y 14)

Obviamente, esta psicología del yoga va más allá de lo que hoy se entiende por psicología científica y se enraíza en una metafísica yóguico-espiritualista, que nos gustaría considerar experiencial, mística y gnóstica (Merlo, 2020).

Ahora bien, decíamos que el ser anímico constituye el “polo terrestre”, nuestra identidad anímica en la manifestación espaciotemporal, al mismo tiempo que se entiende esta en el seno de una kosmología multidimensional, según la cual Cosmos y Psique poseen una estrecha correspondencia, una serie de planos, niveles o dimensiones existentes tanto en uno como en la otra. Pues bien, utilizando estas expresiones de Ib'n Arabi, recogidas por Henry Corbin, el ser anímico constituye el polo terrestre, mientras que el polo celeste equivale a lo que Sri Aurobindo denomina, con un término sánscrito, *jivātman*. Sin entrar ahora en otros significados, notablemente distintos, frecuentes en diversos autores del vedānta, podríamos afirmar que el *jivātman* es el “espíritu individual”, o si se prefiere, la “individualidad espiritual”, una especie de mónada abierta al Infinito y que mora en una trascendencia transmudana ajena a toda manifestación. Por decirlo con sus propias palabras: “El Jivātmā o espíritu es auto-existente, por encima del ser manifestado o instrumental; es superior al nacimiento y la muerte, siempre el mismo; es el *Self* individual o Ātman; el verdadero ser eterno del individuo” (Sri Aurobindo, 1972c: 280).

Somos conscientes del salto metafísico o místico realizado aquí, al pasar del Cosmos a lo supracósmico y defender que más allá de la identidad psicológica y de la identidad anímica, el ser humano posee también una identidad espiritual individual. Sin embargo, es uno de los puntos en los que Sri Aurobindo ha insistido en múltiples ocasiones. Así, por ejemplo, “Este individuo eterno no es otro distinto del Puruṣa Divino, ni está separado de él. Es el propio Señor, el Īśvara quien, en virtud de la multiplicidad eterna de su unidad existe siempre como el alma inmortal en nuestro interior” (Sri Aurobindo, 1980: 530).

Quizás aquejados de cierto vértigo metafísico podemos preguntarnos –sea cierto o no, aceptemos que esta es la visión de ese místico y gnóstico del siglo XX que fue Sri Aurobindo y descansemos en dichas alturas–: ¿Es eso todo?

Hay que decir que no. No es todo. El *anthropos* en su realidad íntegra no termina ni siquiera ahí. Hemos insinuado ya que la visión de Sri Aurobindo se enmarca en una concepción *advaita*, no-dualista, si bien se trata de un no-dualismo distinto del más tradicional atribuido al *kevala-advaita* de Ādi Śaṅkarācārya, con su interpretación del *māyāvāda*, la doctrina de maya que considera el mundo una especie de ilusión. Si este

último rechaza la realidad última del cosmos y de la individualidad espiritual, no es así en el caso del *vijñāna-advaita-vedānta*.

En tanto que no-dualismo, no podía faltar en Sri Aurobindo la referencia a la Realidad última, la Realidad no-dual (Brahman, Parabrahman, Puruṣottama), más allá de la Impersonalidad o Personalidad del Absoluto, más allá de la aparente disyuntiva entre lo Uno y lo Múltiple en el seno de la misma Infinitud. Por ello las tres identidades antes esbozadas (psicológica, anímica, espiritual-individual o monádica) hallan su Alfa y su Omega, su Origen y su Meta, su Supraesencia más íntima en dicha Realidad, Conciencia o Ser que en el hinduismo ha recibido distintas denominaciones, y que en Sri Aurobindo encontraría su noción de Absoluto integral en el concepto (igualmente reformulado y comprendido de manera diferente a como lo hacen las tradiciones vedántica, yóguica y sāmkhya) de Īśvara. (Puede verse la síntesis superadora de las nociones tradicionales del Brahman impersonal del *kevala-advaita* y el Puruṣa inmutable del sāmkhya en Sri Aurobindo, 1972a, Libro II, cap. 2. “Brahman, Puruṣa, Īśvara - Māyā, Prakṛti, Śakti”, pp. 322-364).

Hemos partido de lo más cercano a nuestra experiencia cotidiana (el cuerpo físico), y de los conceptos psicológicos más aceptados (lo vital, lo emocional, lo mental), para llegar a la crucial noción del “ego”, aceptado como nuestra identidad psicológica provisional, para alzar el vuelo hacia la dimensión transegoica del ser anímico y elevarnos hacia la identidad monádica, en tanto que espíritus individuales (*jivātman*) constitutivamente abiertos a la Conciencia infinita, a la Realidad última, que finalmente constituye, desde siempre y para siempre, nuestra auténtica Identidad última, nuestra identidad suprema, se llame como se llame, sean sus atributos y cualidades cuales sean, probablemente secundarios respecto a su infabilidad y su carácter inexhaustible, más allá incluso del Brahman *saccidānanda*, esa Realidad que puede ser caracterizada como Ser absoluto, Conciencia infinita y Beatitud trascendente.

El ser humano sería, pues, la morada, simultáneamente, del Ser Trascendente, la Conciencia cósmica y la Individualidad espiritual. El misterio supremo consistiría, justamente, en constituir la síntesis expresiva de esa tríada fundamental. Si la existencia de una dimensión espiritual lo separa de toda concepción naturalista, la existencia de una dimensión individual en la realidad última lo separa del *kevala advaita* shankariano. Esta respuesta al problema de lo Uno y lo Múltiple queda expresada en el siguiente texto de otra de las obras fundamentales de nuestro autor, *Essays on the Gītā*:

Cada alma, cada ser en su realidad espiritual es lo Divino mismo, por parcial que sea su manifestación actual en la Naturaleza. Y significa también, si las palabras han de tener algún sentido, que cada espíritu que se manifiesta, cada uno de los muchos, es un individuo eterno, un poder eterno, no-nacido, de la Existencia una. Llamamos a este espíritu que se manifiesta el Jīva, porque aparece aquí como si fuera una creatura viviente en un mundo de creaturas vivientes (...) El espíritu individual existe y ha existido siempre más allá, en el Eterno, pues él mismo es eterno, *sanātana* (Sri Aurobindo, 1980: 430-1).

4. Bibliografía

- Almaas, A.H. (1988). *The Pearl Beyond Price. Integration of Personality into Being: An Object Relations Approach*. Berkeley, California: Diamond Books.
- Almaas, A.H. (1996). *The Point of Existence. Transformations of Narcissism in Self-Realization*. Boston y Londres: Shambala.
- Almaas, A.H. (2014). *Runaway Realization*. Boston y Londres: Shambala.

- Almaas, A.H. (2017). *La alquimia de la libertad*. Barcelona: Kairós.
- Aurobindo, S. (1972a). *The Life Divine*. Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram. Hay traducción tanto en Kier como en la más recomendable de la Fundación Sri Aurobindo, Barcelona, 2006 (versión revisada 2020).
- Aurobindo, S. (1972b). *The Synthesis of Yoga*. Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram. Hay trad., en Kier, 1965.
- Aurobindo, S. (1972c). *Letters on Yoga* (2 vols.), Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram.
- Aurobindo, S. (1980). *Essays on the Gita*, Pondicherry, Sri Aurobindo Ashram.
- Daniels, M. (2005). *Shadow, Self, Spirit: Essays in Transpersonal Psychology*. UK. Imprint Academic.
- Friedman, H.L. y Hartelius, G. (eds.) (2013), *The Wiley-Blackwell Handbook of Transpersonal Psychology*.
- Grof, S. (1994), *La mente holotrópica: los niveles de la conciencia humana*. Barcelona, Kairós.
- Grof, S. (1998) *Psicología transpersonal: nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia*. Barcelona, Kairós.
- Grof, S. (1999). *El juego cósmico: exploraciones en las fronteras de la conciencia humana*. Barcelona, Kairós.
- Hartelius, G., et al. (2021). “Is Transpersonal Psychology in its Second Wave? Evidence from Bibliometric and Content Analyses of Two Transpersonal Journals”, *The Journal of Transpersonal Psychology*, 2021, 53(1), 9-30.
- Merlo, V. (2020). *Facetas de la sabiduría hindú: mito, filosofía, mística y gnosis*, Madrid, Mandala.
- Merlo, V. (2022a). *Iniciación a la psicología transpersonal*, Mater Latina.
- Merlo, V. (2022b). *El yoga integral y supramental de Sri Aurobindo: su filosofía y su psicología*. Barcelona, Siglantana.
- Merlo, V. (2022c). “Jñâna y Vijñâna: gnosis blanca y gnosis arcoíris en el pûrnâdvaita de Sri Aurobindo”, en Olivia Cattedra (ed.), *Revista de Filosofía de la Universidad de Costa Rica*, vol. 61, nº 159.
- Welwood, J. (2002). *Psicología del despertar: budismo, psicoterapia y transformación personal*, Barcelona, Kairós.
- Wilber, K. (1996). *Breve historia de todas las cosas*, Barcelona, Kairós,
- Wilber, K. (2018). *La religión del futuro*, Barcelona, Kairós.

* * *

Vicente Merlo Lillo es doctor en Filosofía por la Universidad de Valencia. Ha sido coordinador y profesor del Máster en Historia de las Religiones en la Universidad de Barcelona (UB), así como profesor de “Teoría y práctica de la meditación” en la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB). Autor de 21 libros, entre los que podemos destacar *Meditar -en el hinduismo y el budismo* (2013), y entre los más recientes: *Facetas de la sabiduría hindú: mito, filosofía, mística y gnosis* (2020), *Iniciación a la Psicología Transpersonal* (2022), *El yoga integral y supramental de Sri Aurobindo: su filosofía y su psicología* (2022).