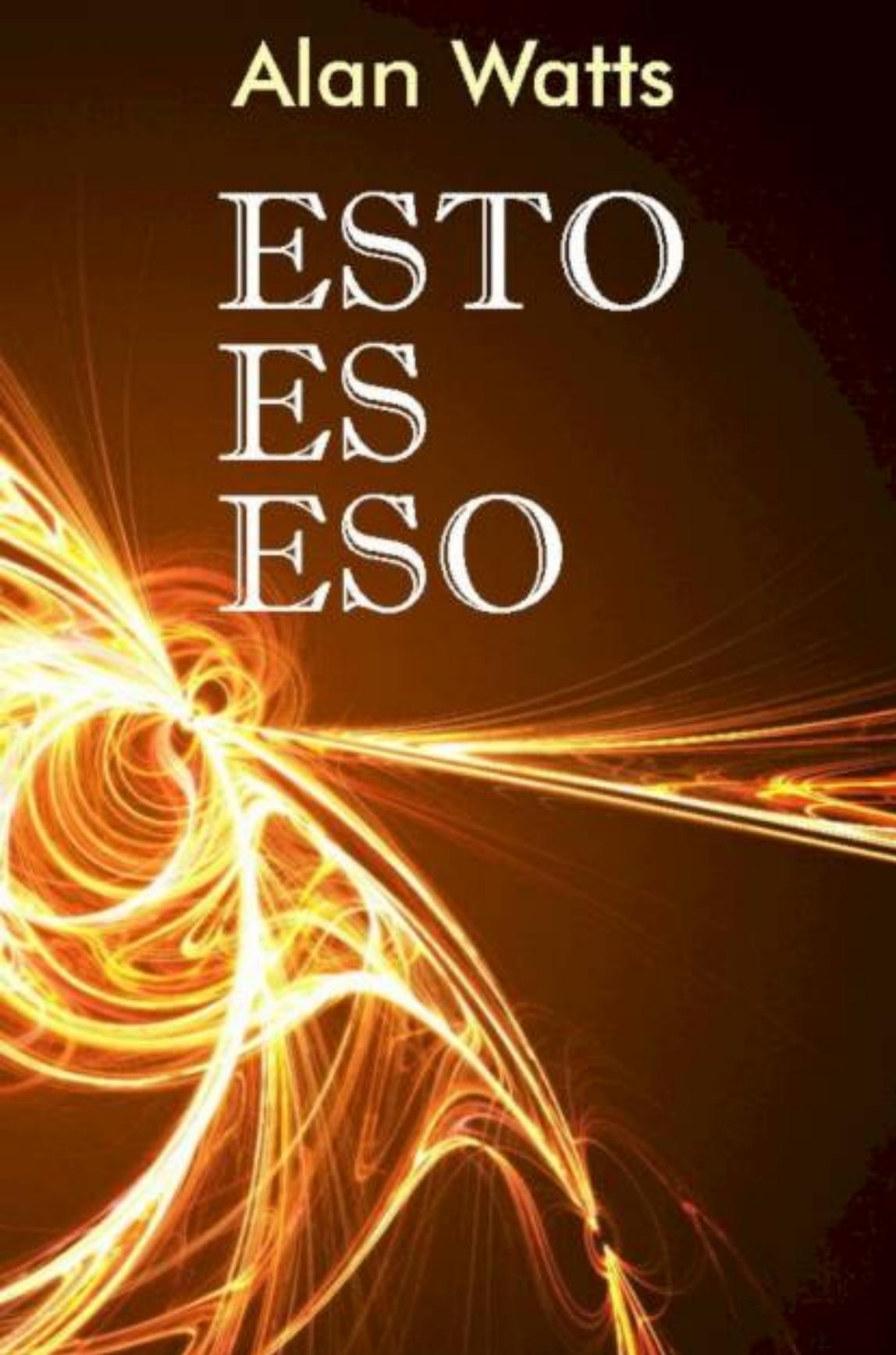


Alan Watts

ESTO
ES
ESO

The background of the cover is a dark, gradient brown. It is filled with a complex, abstract pattern of glowing, ethereal lines in shades of bright yellow, orange, and red. These lines swirl and flow, creating a sense of dynamic energy and movement, reminiscent of a nebula or a complex, organic structure.

El tema principal de este libro es la relación entre experiencia mística y vida cotidiana. El capítulo titulado *Conciencia cósmica* incluye un relato del autor sobre sus propias aventuras en este reino interior. En *Instinto, inteligencia y angustia* se estudian las paradojas de la autoconciencia. En *Espiritualidad y sensualidad* encontramos una animada discusión sobre la falsa oposición entre espíritu y materia. En *La nueva alquimia*, Watts hace un estudio equilibrado sobre los estados de conciencia y la acción del ácido lisérgico. En el libro se incluye también el famoso texto de Watts sobre *Zen beat, Zen inveterado y Zen*.

Esto es eso resulta ser, así, un compendio del mejor Alan Watts. Escrito con su inimitable estilo. Tocando sus temas más propios.

Para Ann,
hija y bailarina,
con amor

Prólogo

Aunque escritos en diferentes momentos de los últimos cuatro años, los ensayos aquí reunidos comparten un enfoque común: la experiencia espiritual o mística y su relación con la vida física cotidiana. Dicho esto, me doy cuenta inmediatamente de que he utilizado palabras inadecuadas; sin embargo, no hay ninguna alternativa satisfactoria. Espiritual y mística sugiere algo extraño, extraterreno y sublimemente religioso, en contraposición con la vida física cotidiana que es sencillamente práctica y común. El objeto primordial de estos ensayos es mostrar la falacia de dicha oposición, y que lo espiritual no debe separarse de lo material, ni lo maravilloso de lo corriente. Ante todo, debemos desvincularnos de costumbres lingüísticas y del pensamiento que separan lo uno de lo otro, y nos impiden ver que la experiencia inmediata, cotidiana y presente es ESO, la finalidad global y definitiva de la existencia del universo. Sin embargo, el reconocimiento de que ambas son una misma cosa tiene lugar en un estado de concienciamiento, fugaz, aunque relativamente común, que me ha fascinado desde que tenía diecisiete años.

No soy reformista ni predicador, ya que me gusta escribir y hablar de esta forma de ver las cosas, como quien canta en la ducha o se baña en la playa. No se trata de una misión ni del intento de convertir y, sin embargo, estoy convencido de que, si este estado de concienciamiento llegara a ser más universal, la ostentosa insensatez que pasa por asuntos serios del mundo se disolvería en hilaridad. Descubriríamos inmediatamente que los ideales por los que ma-

tamos y nos regimos, no son más que substitutos abstractos y vacíos de los misteriosos milagros que nos rodean: no sólo las maravillas evidentes de la naturaleza, sino el extraordinariamente asombroso hecho de la propia existencia. Estoy plenamente convencido de que dicho despertar no nos privaría en absoluto de energía ni de consideración social. Por el contrario, y aunque la infinidad sea indivisible, la mitad de la felicidad consistiría en compartirlo con los demás y, puesto que lo espiritual y lo material son inseparables, esto significaría compartir la vida y los objetos además de la introspección. Pero la posibilidad de que esto ocurra depende enteramente de la presencia de la visión que pueda transformarnos en un tipo de personas capaces de hacerlo, y no de la exhortación o de las súplicas hechas a nuestro tenaz, aunque persistentemente no creativo, sentido de la culpabilidad. Sin embargo, lo echaríamos todo a perder si nos sintiéramos obligados, por ese mismo sentido, a poseer dicha visión.

Por contradictorio que parezca, opino que la experiencia espiritual más profunda sólo puede emerger en momentos de un egoísmo tan completo que se trascienda a sí mismo, hasta su propia aniquilación, que tal vez sea la razón de que Jesucristo prefiriera la compañía de los publicanos y pecadores a la de los justos y respetables. La aceptación del egoísmo propio, sin el engaño de pretender su inexistencia, es un primer paso, ya que la persona que no forma un todo coherente se halla perpetuamente paralizada, al intentar avanzar en dos direcciones distintas al mismo tiempo. Según reza un proverbio turco, «el que duerme en el suelo no se cae de la cama». Cuando el pecador descubre que incluso el arrepentimiento es pecaminoso, puede que por primera vez «sea consciente de sí mismo» y se convierta en un todo. El despertar espiritual es el difícil proceso a través del cual la visión creciente de que todo está tan mal como puede estar se convierte de pronto en el descu-

brimiento de que todo está tan bien como puede estar. O, mejor aún, que todo es tan ESO como puede ser.

Sólo dos de los ensayos que figuran a continuación se han ido publicando con anterioridad, «Zen y el problema del control» y «Zen beat, Zen inveterado y Zen», el primero en el primer ejemplar de *Contact* y el segundo en *The Chicago Review* de verano de 1958, y más adelante como opúsculo, ampliado por City Lights Books de San Francisco. Agradezco a los respectivos redactores y editores su autorización para incluirlos en este libro.

Debido a la naturaleza bastante personal, e indirectamente autobiográfica de estos ensayos, me ha parecido apropiado agregar una bibliografía de los libros y artículos principales, escritos por mí hasta la fecha.

Alan W. Watts
San Francisco 1960

Esto es eso

El hecho que más impresiona en la experiencia espiritual, intelectual y poética del ser humano siempre ha sido para mí la preponderancia universal de esos asombrosos momentos de introspección que Richard Bucke ha denominado «conciencia cósmica». No hay ningún término realmente satisfactorio para dicha experiencia. Denominarla mística equivale a confundirla con visiones de otro mundo, o de dioses y ángeles. Llamarla espiritual o metafísica sugiere que no es al mismo tiempo eminentemente física y concreta, mientras que el término «conciencia cósmica» está dotado de la fragancia prosaica propia de la jerga ocultista. Sin embargo, hemos recibido información de todas las épocas y culturas históricas acerca de la emergencia de esa misma sensación inconfundible, por regla general de un modo repentino e inesperado, y sin que se comprendiera claramente su causa.

El individuo que ha sido objeto de dicha iluminación tiene la viva y abrumadora certeza de que el universo, tal como es exactamente en este momento, en su conjunto y en cada una de sus partes, es tan completamente *correcto* que no necesita ninguna explicación ni justificación más allá de lo que simplemente es. La existencia no sólo deja de ser un problema; tan maravillada queda la mente ante la naturaleza autoevidente y autosuficiente de las cosas tal como son, incluido lo que normalmente se consideraría lo peor posible, que no encuentra ninguna palabra con fuerza suficiente para expresar la perfección y belleza de la experiencia. A veces su claridad produce la sensación de que el mundo se

ha convertido en transparente o luminoso, y su sencillez la de estar impregnado y ordenado por una inteligencia suprema. Al mismo tiempo, es habitual que el individuo tenga la sensación de que el mundo entero se ha convertido en su propio cuerpo y de que lo que es no sólo se ha convertido en lo que es todo lo demás, sino que siempre lo ha sido. No es que pierda su identidad hasta creer que ve realmente a través de ojos ajenos, convirtiéndose literalmente en omnisciente, sino más bien que su conciencia y existencia individual han sido temporalmente adoptadas por algo inconmesurablemente mayor que él.

El núcleo de la experiencia parece ser la convicción, o introspección, de que el *ahora* inmediato, sea cual fuere su naturaleza, es la meta y gratificación de todo ser viviente. A esta introspección la acompaña y rodea un éxtasis emocional, una profunda sensación de alivio, libertad y ligereza, y a menudo de un amor casi insoportable por el mundo, que no obstante es secundario. El placer de la experiencia se suele confundir con la experiencia propiamente dicha y la introspección se pierde en el éxtasis, de modo que al intentar retener los efectos secundarios de la experiencia, el sujeto pasa por alto el objetivo de la misma: que el *ahora* inmediato es completo en sí, incluso desprovisto de éxtasis; ya que el éxtasis es un contraste necesariamente transitorio en la fluctuación permanente de nuestros sentimientos. Sin embargo la introspección, cuando es suficientemente clara, persiste; después de adquirir un conocimiento práctico, se suele retener la habilidad de practicarlo.

Los términos según los cuales el sujeto interpreta esta experiencia, se extraen naturalmente de las ideas religiosas y filosóficas de su cultura, y sus diferencias ocultan a menudo su identidad básica. Así como el agua sigue el cauce que menor resistencia ofrece, las emociones adoptan los símbolos más fácilmente accesibles, con tal agilidad y automatismo, que el símbolo puede parecer el propio núcleo de la experiencia. La claridad, es decir la desaparición de

los problemas, sugiere luz, y en momentos de enorme claridad se puede tener la sensación física de que la luz lo penetra absolutamente todo. El teísta tendrá naturalmente la impresión de haber vislumbrado la presencia de Dios, como en el célebre testimonio de Pascal:

Año de gracia de 1654,
Lunes veintitrés de noviembre, día de San Clemente...
Desde aproximadamente las diez y media de la noche
hasta alrededor de las doce y media, medianoche,
FUEGO

Dios de Abraham. Dios de Isaac, Dios de Jacob, no de filósofos y sabios.

Certeza, alegría, certeza, sensación, alegría, paz.

O en el caso citado por William James:

Los mismos cielos parecieron abrirse y verter sus rayos de luz y gloria. No un solo instante, sino a lo largo de todo el día y toda la noche, plétoras de luz y gloria parecerían impregnar mi alma, y cómo me transformé y todo pasó a ser nuevo. Mis caballos, cerdos y todo lo demás parecían haber cambiado.

Pero la claridad también puede sugerir transparencia, o la sensación de que el mundo que tenemos delante ha dejado de ser un obstáculo y nuestro propio cuerpo un peso, lo cual al budista le recordará naturalmente la doctrina de la realidad como vacío incomprensible e indefinible (*sunyata*).

Entré de nuevo en la sala y estaba a punto de volver a mi silla, cuando cambió por completo mi visión. Se abrió una gran expansión y el suelo parecía haberse hundido... Cuando miré arriba y abajo, todo

el universo con su multitud de objetos sensoriales parecía ahora muy distinto; lo que antes era aborrecible, junto con la ignorancia y las pasiones, ahora parecía simplemente el flujo de mi naturaleza interior más íntima, que permanecía en sí misma clara, verdadera y transparente^[1].

Del mismo modo en que tanto el tormento del calor como el suplicio del frío pueden definir el mismo dolor, las descripciones de esta experiencia pueden adoptar formas completamente opuestas. Un sujeto puede afirmar que ha encontrado la respuesta al misterio de la vida, pero de algún modo no puede expresarlo con palabras. Otro dirá que nunca había habido ningún misterio y, por consiguiente, ninguna respuesta, ya que la experiencia le habrá aclarado el desatino y el artificio de todas nuestras preguntas. Uno se declara convencido de que la muerte no existe, ya que su verdadero yo es tan eterno como el universo. Otro afirma que la muerte ha dejado simplemente de importar, porque el momento presente es tan completo que no precisa futuro alguno. Uno se siente arrebatado y unido a una vida infinitamente ajena a la suya. Pero así como los latidos del corazón pueden considerarse como algo que le *ocurre* a uno, o como algo que uno *hace*, según el punto de vista, a otro le parecerá que su experiencia no ha sido la de un Dios transcendente, sino la de su naturaleza más íntima. Uno tendrá la sensación de que su ego o yo ha crecido hasta abarcar todo el universo, mientras otro creerá haberse perdido por completo, con la convicción de que lo denominado ego no ha sido nunca más que una mera abstracción. Uno se considerará infinitamente enriquecido, mientras el otro habla de una pobreza tan absoluta que ni siquiera su cuerpo y alma le pertenecen, y nada en el mundo le preocupa.

Raramente se describe la experiencia sin metáforas, propensas a malentendidos si se toman literalmente. Sin embargo, en *Sketch for a Self-Portrait*, de Bernard Berenson, encontré un fragmento que describe dicha experiencia con gran sencillez y «pureza»:

Era una mañana de principios de verano. Una neblina plateada rielaba temblorosa sobre los tilos, cuya fragancia impregnaba el ambiente. La temperatura era como una caricia. Recuerdo, sin tener que recordar, que subí al tronco de un árbol y de pronto me sentí inmerso en la substancia. No la llamé por ese nombre.

No había necesidad de palabras. ESO y yo éramos uno^[2].

Sólo «ESO», como cuando utilizamos el término para referirnos al superlativo, o al punto exacto, o a la intensa realidad, o a lo que sea que busquemos. No en el sentido neutro de un mero objeto, sino como algo más vivo y amplio que lo personal, y para lo cual utilizamos la más sencilla de las palabras porque no tenemos otra.

Es particularmente difícil encontrar los medios adecuados para expresar dicha experiencia, en el contexto cultural del cristianismo, ya que si bien el fenómeno es tan común entre los cristianos como entre los demás, para el místico cristiano siempre ha existido el peligro de entrar en conflicto con los defensores de la fe ortodoxa. Los dogmáticos cristianos insisten firmemente en la diferencia radical entre Dios y el universo creado por él, así como entre Dios y el alma humana. Insisten en la oposición y el aborrecimiento eternos del mal y del pecado por parte de Dios y, puesto que éstas son realidades eminentemente presentes, en la salvación efectiva del mundo sólo al final de los tiempos. Incluso entonces, el infierno durará para siempre como estado de reclusión y tormento permanente de las fuerzas del

mal. No obstante, la doctrina de la omnipotencia en la que nada, ni siquiera el pecado, puede ocurrir sin el permiso de la voluntad de Dios, permite que incluso en este difícil marco el místico cristiano exprese la inconcebible doctrina de que «el pecado responsable es incumbente pero todo acabará bien y todo acabará bien y las cosas de todo género acabarán bien»^[3].

El sentido cristiano de la realidad del mal, así como del tiempo y la historia como proceso de superación del mal, está tan profundamente arraigado entre nosotros, incluso en el clima intelectual postcristiano de la actualidad, que nos resulta difícil aceptar la «conciencia cósmica» como algo más que una inspiradora alucinación. Puede llegar a ser admisible como visión de un «lejano suceso divino» en el futuro, pero con nuestro concepto progresivo del mundo parece imposible aceptarla como visión de la forma de ser de las cosas. Incluso en la descripción que Bucke nos ofrece de su propia experiencia, se expresa a menudo en tiempo futuro:

De pronto y sin previo aviso, me encontré envuelto en una nube de color de las llamas. Durante unos instantes luché contra el fuego, una inmensa conflagración en algún lugar cercano de aquella gran ciudad; al cabo de un momento, supe que el fuego estaba dentro de mí. Acto seguido me invadió una sensación de exultación, de inmensa alegría acompañada o seguida inmediatamente de una iluminación intelectual imposible de describir. Entre otras cosas, no sólo me convencí, sino que vi que el universo, en lugar de estar compuesto por materia inerte, era una presencia viva; adquirí la conciencia de la vida eterna. No era la convicción de que yo alcanzaría la vida eterna, sino la conciencia de que la poseía entonces; vi que todos los hombres eran inmortales;

que el orden cósmico es tal que, sin ningún lugar a dudas, todos sus componentes trabajan juntos para el bien de todos y cada uno de ellos; que el principio fundamental del mundo, de todos los mundos, es lo que nosotros denominamos amor, y que la felicidad de todos y cada uno de nosotros, *a largo plazo*, es una certeza absoluta. La visión duró escasos segundos antes de desaparecer; pero su recuerdo y la sensación de realidad de su enseñanza han permanecido conmigo a lo largo del cuarto de siglo transcurrido desde entonces^[4].

No obstante, «la conciencia de que entonces poseía vida eterna» corresponde a la comprensión budista de que «todo está en nirvana desde el primer momento» y que la iluminación o el despertar no equivale a crear un nuevo estado, sino a reconocer lo que siempre ha sido.

Por consiguiente, de dichas experiencias se infiere que nuestra percepción y evaluación normal del mundo es una pesadilla subjetiva, aunque colectiva, lo que sugiere que nuestro sentido común de la realidad práctica, del mundo visto un lunes por la mañana, es una elaboración del condicionamiento y la represión social, un sistema de desatención selectiva que nos enseña a ignorar aspectos y relaciones de la naturaleza que no corresponden a las reglas del juego de la vida civilizada. Sin embargo, la visión incluye casi ineludiblemente la comprensión de que dicha limitación de la conciencia también forma parte de la propiedad eterna de las cosas. En palabras del maestro del zen, Gensha:

Si entiendes, las cosas son tal como son; si no entiendes, las cosas son tal como son...

Dicho «tal como son» es el carácter autosuficiente y completamente desprovisto de problemas de este ahora

eterno en el que, según Chuangtzu:

Las patas de un pato, aunque cortas, no pueden ser prolongadas sin incomodar al pato; las patas de una grulla, aunque largas, no pueden ser acortadas sin incomodar a la grulla.

En cierto modo la visión parece tener lugar mediante la aceptación de la realidad del hecho de que no es uno quien la posee, mediante la disposición a ser tan imperfecto como uno es: perfectamente imperfecto.

Es fácil comprender que esta forma de ver las cosas pueda ser aceptable en culturas desprovistas de un sentido de la esperanza y de la historia, en las que pueda constituir la única base de una filosofía en la que la vida sea tolerable. A decir verdad, es altamente probable que el «dinamismo histórico» del cristiano occidente sea un descubrimiento teológico bastante reciente, ya que en modo alguno podríamos ahora cantar, sin remordimientos de conciencia, el acomodaticio himno que dice como sigue:

El rico en su castillo, el pobre en el portalón, Él los ensalza o los degrada y ordena sus bienes...

Para exclamar a continuación:

Todas las cosas brillantes y hermosas, todas las criaturas grandes y pequeñas, todas las cosas sabias y maravillosas, creadas todas por Nuestro Señor.

Pero aunque se explote con este propósito, la experiencia en sí no es en modo alguno una filosofía concebida para justificar las desigualdades de la vida, ni sirve para insensibilizarse respecto a las mismas.

Al igual que el hecho de enamorarse, tiene un vínculo mínimo con las tradiciones culturales o las situaciones eco-

nómicas. Desciende indiscriminadamente sobre el rico y sobre el pobre, el moral y el inmoral, el feliz y el desgraciado. Lleva consigo la abrumadora convicción de que el mundo es en todos los sentidos un milagro glorioso, y aunque esto pueda excluir lógicamente la necesidad de compartir la visión con los demás y despertarlos de su pesadilla, la reacción habitual es una sensación, no de obligación, sino de pura alegría al comunicar la experiencia de palabra u obra.

Desde esta nueva perspectiva, los crímenes y locuras de la pesadilla habitual que es la vida del ser humano, no parecen maldades ni estupideces, sino actos simplemente lamentables. Uno tiene la sensación extraordinariamente curiosa de ver a la gente en sus persecuciones mezquinas o maliciosas, al mismo tiempo como dioses, como si estuvieran repletos de felicidad sin saberlo. Como dice Kirilov, en *El poseído* de Dostoievski:

El hombre es desgraciado porque no sabe que es feliz. Eso es todo. ¡Eso es todo, eso es todo! Si alguien lo descubre, pasará a ser feliz inmediatamente, en aquel mismo momento... Todo es bueno. Yo lo descubrí de repente.

Y si alguien muere de hambre —pregunta Stavrogin— y si alguien insulta y veja a una niña, ¿es eso bueno?

¡Sí! Y si alguien se vuela los sesos por la niña, también es bueno. Y si alguien no lo hace, también lo es. Todo es bueno, todo. Es bueno para todos aquellos que saben que todo es bueno. Si supieran que es bueno para ellos, lo sería, pero mientras no lo sepan, será malo para ellos. ¡He ahí el quid de la cuestión, eso es todo!... Son malos porque no saben que son buenos. Cuando lo descubran, no se horrorizarán ya por la niña. Descubrirán que son buenos y se convertirán en buenos, todos y cada uno de ellos^[5].

Por regla general, puede parecernos que existe un tremendo contraste entre la maravillosa estructura del organis-