

# El yo que no trasciende

Fabián Ortiz

*Espacio Psicoanalítico de Barcelona*  
*Balmes, 32, 2º 1ª – 08007 Barcelona*  
fortiz@epbcn.com  
+34 93 454 89 78

23 de febrero de 2023

*«He descubierto al ladrón que me había estado arruinando durante mucho tiempo.*

*Ahora le trataré sumariamente.*

*Entonces seré feliz».*

Atribuido a JANAKA, rey de Videha

## 1 Los dos lados del espejo

Primer momento: apuntalar al yo infantil, ayudarlo a emerger fortalecido de entre las cenizas de la neurosis. Segundo momento: erosionar ese yo reforzado hasta que se desprenda, como un resto.

De manera similar a lo que ocurre con el despertar que proponen disciplinas como el budismo zen, en un psicoanálisis es necesario dejar atrás al yo para trascender. El yo no trasciende, sino que el ser se consume a pesar de la máscara yoica, al precio de que ésta caiga. Trascender, en algunas de sus diversas acepciones, refiere a empezar a conocer algo que permanecía oculto o desconocido, ir o estar más allá de algo. Y ese algo que se halla a ambos lados del espejo conduce, justamente, de la ignorancia al saber.

En lecturas de Carl G. Jung es posible hallar múltiples referencias a la trascendencia, en el sentido que este autor confería a ese proceso: desarrollar la personalidad propia, alcanzar el sí-mismo, lograr la máxima expresión de aquello que, en potencia, todo ser humano alberga en su existencia, de idéntico modo en que toda semilla atesora las posibilidades de desarrollarse en una planta, en un árbol, si aprovecha las condiciones ambientales que le

tocaron para suerte o desgracia; todo está ahí, en estado germinal, sólo se trataría de des-cubrirlo.

Dice Jung: «Quien mira en el espejo del agua, es evidente que ve primero su propia imagen. Quien va a uno mismo, corre el riesgo de encontrarse consigo mismo. El espejo no halaga, sino que muestra con toda fidelidad lo que se está mirando en él, a saber, ese rostro que nunca mostramos al mundo por esconderlo tras la persona, tras la máscara del actor. Pero el espejo está detrás de la máscara y muestra el rostro verdadero».<sup>1</sup>

Bichos parlantes, los humanos nos expresamos a través de un yo consciente. Sólo en estados alterados de conciencia —embriagados de alcohol o de drogas, después de ciertas prácticas de hiperventilación, etc.— logramos aligerar levemente la carga yoica que portamos sobre los hombros. Somos, queremos ser, ante todo, personas, y así vamos por la vida, personando, sonando como per-sonas, para-sonar y, aspiración última, para sonar bien ante quienes deseamos conquistar, de quienes esperamos amor, reconocimiento, estimación, un trato especial. En ese espejo público contemplamos embelesados nuestro rostro, sin advertir —porque no fuimos advertidos, porque luego somos reticentes a hacerlo, porque nos da miedo, por pereza— que aquella persona que lanzamos al mundo, actor enmascarado, sonido emitido para agradar, regresará con el aspecto siniestro de lo familiar más desconocido (el *Unheimlich* freudiano por excelencia): eso que somos, eso que escondemos porque nos lo escondemos.

## 2 Primer momento: el camino hacia el yo

### 2.1 Las identificaciones

Primero es lo parental eso que sirve al bebé para comenzar a construirse un yo. Animal inacabado, el humano va sustrayendo de los otros mientras vive, pero especialmente durante los primeros diez años, rasgos, maneras, ideas, pautas, normas, un molde de alteridad, un programa que le permita llegar a ser-en-el-mundo mientras dice «yo soy así». En esos procesos de identificación, en esas líneas de devenir<sup>2</sup> siempre en movimiento, se asienta la formación del yo donde al inicio gobernaba irredento el ello. Pero en ese intento de dominar al ello, el yo trampea como puede, hasta caer en su propia trampa: ofreciéndose él mismo como objeto ante el ello, identificado

---

<sup>1</sup>JUNG. C. G., «Sobre los arquetipos de lo inconsciente colectivo», Kairós (200x), Barcelona, p. 20

<sup>2</sup>DE BRASI, J. C., *Seminario de psicoanálisis freudiano* del EPBCN, V convocatoria, temporada 2011-2012, clase del 25-2-2012, *La identificación. Otras posiciones*.

con las primeras elecciones no narcisistas, se cosifica, se trata a sí mismo como objeto y desde entonces se cree él también una posesión, acaso la más valiosa de cuantas vaya acumulando posteriormente en su devenir anhelante.

Si seguimos a Freud, la identificación primordial conduce a los progenitores de la prehistoria personal, pero ¿qué significa esto? ¿Que la primera identificación remite a ese varón y a esa hembra que gestaron al bebé? ¿O está diciendo que en la primera identificación se dirime un ser humano, una pertenencia a la especie? ¿O quizá señale Freud en la dirección de una de las oscuridades de su teoría, la de la herencia filogenética, y así el bebé se identificaría con el ello heredado de los padres de los padres de los padres (*ad nauseam*)? ¿O se trataría más bien de haber heredado el superyó parental transgeneracional? Sea como fuere, en esos primeros años comienza la conquista del ello por parte de un yo incipiente, que sorberá, con la avidez de un sediento, inconscientemente, lo que se ajuste a sus numerosas y múltiples necesidades.

Las identificaciones no son imágenes congeladas. Tras ellas están siempre jugando las pulsiones, de ahí su carácter eminentemente inconsciente. Y así como contribuyen a la erección del yo necesaria para la adquisición de una personalidad, justamente porque están apuntaladas en la vida pulsional tendrán como consecuencia —entre otras no menos indeseables— la formación del carácter, principal obstáculo de cualquier psicoanálisis que pretenda encaminarse más allá de la dirección terapéutica. Allí asoma su imponente testa el «yo soy así» que el paciente se dice para sí, empujado por las resistencias, cada vez que el análisis le plantee la remoción de su estructura yoica, la erosión de la máscara actoral que por muy buenas razones eligió, a sabiendas o de forma inconsciente, colocar ante su rostro para moverse en sociedad.

## 2.2 La voluntad

Arthur Schopenhauer fue de los primeros occidentales en leer una traducción de los *Upaniṣad*.<sup>3</sup> Mediante esa lectura, el entonces joven filósofo alemán entró en conocimiento del concepto de *māyā*, el aspecto ilusorio del mundo según lo concibe el hinduismo, como multiplicidad de formas irreales o ilusorias. Schopenhauer se preguntó qué habría detrás del velo de *māyā*, y la respuesta que se dio fue una: la voluntad.

En su obra *El mundo como voluntad y como representación*<sup>4</sup> recoge la

---

<sup>3</sup>Cada uno de los más de 200 libros sagrados hinduistas escritos en sánscrito entre el siglo VII a. C. y principios del siglo XX d. C.

<sup>4</sup>SCHOPENHAUER, A., «El mundo como voluntad y representación», vol. I (2016), Trotta, Barcelona.

idea de que todo lo que percibimos a través de los sentidos son fenómenos de la misma fuerza cósmica, más allá de cualquier realidad fenoménica. La voluntad se siente en uno mismo, no es representación de nada, y está en la base del sufrimiento. La raíz de toda maldad consiste en ser esclavo de la voluntad, a la manera en que se comporta un adicto. Un objetivo para el autoconocimiento y el desarrollo de la personalidad propia debe ser desprenderse de la voluntad, liberarse de las cadenas del anhelo, del apego por los objetos. Esta afirmación, que suele malinterpretarse cuando aparece en textos surgidos del pensamiento oriental, no refiere a dejar de desear (¿qué sería un ser humano sin deseo?), sino abandonar ciertas formas de la voluntad que conducen a la posesión, al consumo de esos objetos, ya sean bienes o seres humanos. Como ejemplo de esa liberación podría servirnos el arte: ante una obra, la actitud deseante pero despegada de la voluntad yōica sería contemplativa en vez de apetitiva. Otro ejemplo podríamos hallarlo en el ascetismo como una actitud de calma ante el incendio de las pulsiones, eso tan similar a lo que Freud señala como el «estado de privación» indispensable para toda cura analítica.<sup>5</sup>

«El mundo es mi representación», comienza diciendo Schopenhauer en la citada obra. ¿No estaría diciendo, tomando la idea de *māyā*, lo que más tarde Freud elaboraría como *realidad psíquica*? El mundo no muestra nada a unos ojos sin mirada, dijo un poeta, pero no es menos cierto que sólo muestra aquello que una determinada mirada es capaz de ver, podríamos añadir. ¿No sería aquella misma fuerza cósmica que se halla tras el velo de *māyā* el deseo inconsciente de la teoría freudiana, el deseo de ese algo que falta y que, por tanto, duele y produce sufrimiento? Esta posibilidad apunta en la siguiente dirección: la felicidad consistiría en la cesación temporal del deseo, entendido como el apego a las cosas del mundo fenoménico. Aplicado al yo, en una idea que aparece repetida incansablemente en textos zen: cuando se deja de desear es cuando resulta más factible alcanzar eso que se deseaba.

### 2.3 Un recorte de la clínica

Sirva para ilustrar esta afirmación última el caso de Liliana (nombre ficticio), una paciente de 40 años que consulta porque lleva tres intentos infructuosos de quedar embarazada mediante diferentes métodos de reproducción asistida, después de renunciar a la vía natural, aunque ni ella ni su compañero padecen de impedimentos orgánicos para procrear. Liliana llega a la consulta convencida de que lo que le está impidiendo lograr ser madre es

---

<sup>5</sup>FREUD, S., *Nuevos caminos de la terapia psicoanalítica* (1919), en «Obras completas», Amorrortu Editores, Barcelona-Buenos Aires.

su afán de control («estoy segura de que todo depende de mí, y eso me hace sentir culpable»), y que si mediante la terapia consigue aflojar esa tensión podrá quedar encinta. Liliana es menuda, habla con una vocecita tenue e infantil y sonrío aun cuando lo que relata resulte penoso en su contenido, en lo que a primera vista parece un intento de agradar, de caer bien.

Las primeras sesiones, a las puertas del cuarto intento de fecundación de óvulos, consisten en cuestionar por qué Liliana desea tener un hijo. En su asociación aparecen en relieve, por encima de otras cuestiones, estas dos: porque su hermano mayor «es feliz con su familia» (tiene dos hijos) y, *quizá*, porque se ha dejado llevar por el mandato familiar y social que consiste en que toda mujer debe aspirar a ser madre.

Más adelante las sesiones transcurren en torno a lo que Liliana admite, después de un señalamiento del analista, que la define bien: a menudo se comporta como una niña consentida, algo que ocurrió durante buena parte de su infancia y aun más tarde. Aflora que ese querer ser (feliz) como su hermano encierra en realidad una envidia larvada hacia él, pero que ella se ha negado a acoger como verdadera y enmascaró bajo la apariencia de un ideal aspiracional. Hasta que un día Liliana, después del cuarto intento fallido de embarazo y en el umbral de la quinta prueba, dice: «Pues ahora, sabiendo todo esto, ya no sé si quiero tanto tener un hijo».

Una semana más tarde las pruebas confirmaron que estaba embarazada. A partir de entonces el análisis transcurrió en torno a que Liliana pudiera pensarse como la madre que iba a ser, pero ya desprovista de los condicionamientos inconscientes que hasta entonces habían lastrado su deseo. Pero esta ya es otra historia.

Para lo que interesa, en este recorte de la clínica se observa con claridad que la voluntad, ese bien tanpreciado para los amantes de la psicología positiva (*si quieres, puedes*, repiten como un mantra), no sólo resulta insuficiente, sino que, además, lateraliza y niega los condicionantes del deseo inconsciente, que tanto determinan la vida cotidiana. Ese aspecto de la voluntad como generadora del sufrimiento humano adquiere en este episodio vital de la paciente una dimensión dramática. En el caso de Liliana, ese ser así, controladora, enmascaraba su envidia y se apoyaba en un rasgo de carácter forjado, según admitió, en un momento infantil cuando la niña consentida seguramente extraía un beneficio frente al hermano mayor; la envidia se trocó después en un anhelo (ser feliz como él), autoengaño que le impedía quedar embarazada por un sentimiento de culpa desplazado por falta de representación.

## 2.4 El yo ideal versus los ideales

Hay grandes diferencias entre moverse por la vida en base a una ideología y disponer de un ideario. Mientras que la ideología supone fijación, estancamiento, inmovilismo, aspectos muy parecidos a esa *escala de valores* de la que se jactan poseer incluso las personas más abyectas, el ideario se puede representar como una estantería donde es posible disponer diferentes ideas, pero a condición de evitar, justamente, que se conviertan en una estructura rígida; así, podremos mover esas ideas de lugar, quitarlas de ahí, reemplazarlas por otras nuevas, prescindir de algunas y mantener otras, trazar nuevas conexiones entre ellas, producir vinculaciones antes inexistentes... Algo similar podemos pensar en relación con el yo ideal y los ideales que el yo vaya persiguiendo en el devenir de una vida.

«Uno debe conocerse tal cual es, no tal como desea ser, lo cual es un mero ideal y por lo tanto ficticio, irreal; y sólo lo que es puede ser transformado, no aquello que deseáis ser. El conocerse uno mismo como uno es requiere extraordinaria vigilancia de la mente; porque lo que es sufre constante transformación, cambio, y, para seguirlo velozmente, la mente no debe estar atada a ningún dogma ni creencia en particular, a ninguna norma de acción. Si queréis seguir algo, de nada sirve estar atado (...) Lo que es, es lo que vosotros sois, no lo que os gustaría ser. No es el ideal, porque el ideal es ficticio; es en realidad lo que vosotros hacéis, pensáis y sentís de instante en instante. Lo que es, es lo real; y para comprender lo real se requiere alerta percepción, una mente muy vigilante y veraz. Pero si empezamos por condenar lo que es, si empezamos por censurarlo o resistirle, no comprenderemos su movimiento».<sup>6</sup>

El yo ideal, modelo de omnipotencia narcisista que cabalga sobre el narcisismo infantil, estará siempre allí, incólume, para mirarnos —y medirnos, estatura imposible de alcanzar— desde el espejo. Es habitual que mientras vivamos nos dediquemos a perseguir aquel ideal narcisista, adoptando para ello poses y gestualidades ajenas ante el espejo, en un intento por regresar a aquel estado omnipotente. El yo ideal, estático, fijo, quieto, es una producción inconsciente que mantiene su vitalidad en tanto no se advierte su vigencia, de ahí que resulte necesario removerlo para salir de la rueda de repetición, alineación y sufrimiento a la que condena.

De otro material están hechos los ideales, artefactos movibles, dinámicos, aliados siempre con la noción de proceso que una vida —en el sentido freudiano del término, como opuesto a la neurosis— conlleva en sí misma y por ello permite hablar de un desarrollo. El ideal es siervo de la sociedad, como afirmó Lacan<sup>7</sup> sólo si se trata de un ideal alienante, que subsume el genuino

---

<sup>6</sup>KRISHNAMURTI, J., «La libertad primera y última» (2006), Kairós, Barcelona.

<sup>7</sup>LACAN, J., *Posición del inconsciente*, «Escritos 2» (2005), Siglo XXI, Buenos Aires.

deseo al anhelo de una foto fija propuesta por otro (la familia, el Estado, la Iglesia, el mercado de consumo...). No ocurre así cuando los ideales emergen como un horizonte hacia el cual encaminarse en una búsqueda interior, con el espejo vuelto hacia uno mismo, sendero de autoconocimiento que cada individuo recorrerá en su análisis mediante la erosión —precisamente— de aquella imagen omnipotente heredada de los primeros momentos de la vida.

Y ya sabemos que el horizonte se caracteriza por alejarse un paso a cada paso que damos, de ahí su valía como motor de búsqueda, como empuje (*Drang*) deseante.

### 3 Segundo momento: la erosión del yo

#### 3.1 *Per via di levare*

Freud atribuye a Leonardo da Vinci la oposición entre dos técnicas posibles para la creación de una obra de arte, la que opera «*per via di porre*» (como la pintura que se deposita sobre el lienzo) frente a la que lo hace «*per via di levare*» (el caso del escultor que cincela la piedra hasta revelar una forma nueva). Mediante este ejemplo leonardiano, Freud contrapone lo que en su día buscó a través de la hipnosis y la sugestión, a lo que más tarde hallaría a través del método psicoanalítico, lo que va de un maquillaje a una cirugía.

La psicoterapia en Occidente —y el psicoanálisis en tanto integrante de ese conjunto— se ha centrado sobre todo en el desarrollo de la personalidad propia, cuando no directamente de la identidad. Para ello no ha escatimado maquillaje, antes que tomar con pulso firme el bisturí que se requiere para una intervención de efectos duraderos (ejemplo de esto son algunas escuelas que se basan en el apuntalamiento del yo, y que van desde el positivismo hasta el coaching). En el otro extremo, Oriente ha incidido desde antiguo en la erosión del yo, en su desmantelamiento, y acaso por este aspecto haya resultado y resulte tan atractivo —y tan críptico— el budismo, paradigmático en cuanto a su constante cuestionamiento de las estructuras yoicas.

Cada vez con más frecuencia la consulta del psicoanalista es puerto de amarre para personas que, tras una errática singladura vital y terapéutica, confiesan estar enfermas de no saber soltar ni soltarse, de autocontrol y de afán de controlar el mundo en el que querrían vivir. Desde su perspectiva, antes de conocer los avatares por los que la terapia analítica los conducirá, creen que hacerse «más fuertes», tener «más autoestima», poseer «herramientas» (no se sabe bien para qué clase de artesanía: tal vez la que les permita autosalvarse), los ayudará a abandonar el malestar y a conseguir cualesquiera

sean sus objetivos; se trata de una visión del análisis que redundaría en la idea de la construcción de un yo mejor preparado para la vida. Sin embargo, esas personas sufren justamente por no haber sido capaces de romper sus corazas yóicas, de soltar el lastre de una personalidad o de un carácter que, como ya hemos visto, se cimentan en anhelos y deseos ajenos, en motivaciones inconscientes que, una vez desveladas, dejan libre un monto de energía que puede ponerse al servicio de la vida.

El problema estriba, en gran medida, en que para poder acometer una tarea semejante el paciente debe abandonarse de sí y entregarse sin remilgos al vínculo con el analista, un vínculo eminentemente basado en la confianza mutua: la persona que emprende el viaje analítico debe confiar en que el analista será capaz de guiarla como conocedor de senderos que aún están por transitar, y el terapeuta debe confiar en que el paciente cumplirá con su parte del contrato, en especial con la que hace referencia a la asociación libre, a ese decir todo que cualquier análisis presenta como *conditio sine qua non*.

### 3.2 Del alguien al nadie: renuncia y entrega

Buena parte del sufrimiento humano proviene de aquellas primeras identificaciones parentales y, de manera muy especial, del vínculo con la madre, pilar del narcisismo y la omnipotencia infantiles. La importancia de ese encuentro entre la madre y el bebé proyecta como una sombra un sinnúmero de consecuencias para la vida adulta, según haya sido faltante, asfixiante, flojo, rígido, inseguro, confiable, distante o de muchos otros tipos. De aquel apego al pecho materno como lugar simbólico del cobijo y la protección, de evitación del peligro y de la muerte, se derivan síntomas y patologías, sufrimiento y padecer que cada individuo habrá procesado según su capacidad y el ambiente que lo rodeara durante las fases del desarrollo. El maternaje fue necesario para que el bebé llegara a ser alguien, aunque se revelase después como un alguien alienado.<sup>8</sup> Ahora el camino de regreso apunta a que ese alguien consiga *ser nadie*, que se olvide de sí mismo, que después de la construcción y consolidación del yo se puedan producir su desmantelamiento y su trascendencia.

Si la madre ha cumplido con su función protectora, de sostén, de la manera adecuada, el bebé habrá podido relajarse y ser nadie. Donald Winnicott opina que la función materna consiste en poder generar un ambiente favorable para que su bebé se sienta cómodo siendo nadie, ya que sólo en ese

---

<sup>8</sup>Del latín *aliquem*, persona no determinada, procedente de la raíz indoeuropea *al* (otro) y la raíz *kwo* (quien, que).



ambiente podrá comenzar a encontrarse a sí mismo.<sup>9</sup> El analista, mediante la relación transferencial, debe ser capaz de encarnar a esa madre sustitutiva de la infancia, de convertirse en el sostén simbólico como vacío en el cual el paciente se deje caer, confiando en que no perecerá. Porque a las dificultades habituales que plantea toda resistencia a la cura (el deseo de abandonar el análisis, las críticas a la figura del analista o al método en sí, etc.), cuando se trata de la erosión del yo se sumarán fundados temores de despersonalización: el actor despojado de la máscara dejará de sonar como estaba acostumbrado, se escuchará malsonante y, en esa pérdida de identidad, sobrevendrá la pregunta ¿quién soy yo? Entregarse al hacer del analista en esas condiciones de fragilidad extrema requiere de una gran determinación y una considerable cuota de coraje.

En el libro *Conversaciones con Sri Ramana Maharshi (Tomo I)*<sup>10</sup> se recoge una reflexión de este maestro espiritual hinduista indio, perteneciente a la doctrina vedanta-advaita, que presenta notables resonancias con lo expuesto más arriba. En respuesta a un discípulo que le preguntaba cómo descubrir la naturaleza de la mente, su causa última, si se da por sentado que el yo también es una ilusión, dice: «Usted abandona esto y aquello de “mis” posesiones. Si, en lugar de ello, usted abandona el “yo” y lo “mío”, entonces abandona todo de un golpe. La semilla misma de la posesión se pierde. Así, el mal se destruye en el brote o se aplasta en el germen mismo. Para hacer esto, el desapasionamiento (*vairagya*) debe ser muy fuerte. El anhelo de hacerlo debe ser igual al de un hombre al que se mantiene bajo el agua y que trata de salir a la superficie para salvar su vida». Y enseguida, repreguntado por el discípulo acerca de la importancia del maestro o del gurú como ayuda para recorrer ese camino, añade: «(...) son ayudas —ayudas muy poderosas en esta senda. Pero, para ser efectiva, una ayuda requiere su esfuerzo también. Su esfuerzo es una condición *sine qua non*. Es usted quien debe ver al sol. ¿Pueden los anteojos y el sol ver por usted? Es usted mismo el que tiene que ver su verdadera naturaleza. ¡No se requiere mucha ayuda para hacerlo!».

Una de las tareas más difíciles del adulto consiste en redescubrir la capacidad de perderse de sí mismo que tuvo cuando niño. La desintegración del yo, el poder quitarse de encima la pesada carga que suponen la identidad o incluso el nombre propio, permite experimentar un gran alivio, pero suele confundirse con la no-integración, con una falta absoluta de un suelo donde mantener apoyados los pies. En esta confusión se rearmen los viejos miedos infantiles, como el niño que teme caer de la bicicleta o ahogarse en la piscina

---

<sup>9</sup>WINNICOTT, D. W., *Desarrollo emocional primitivo*, en «Obras escogidas» (2006), RBA, Barcelona.

<sup>10</sup>Recopiladas por SRI RAMANASRAMAM y publicadas por Ignitus (2006), Madrid.

si un adulto no lo sostiene. Sin embargo, cualquiera que haga gozado de un orgasmo ha hecho una experiencia muy cercana a la desintegración del yo; no en vano los franceses lo refieren como una *pequeña muerte* o los chinos hablan de *subir la marea*, como el momento en que todo —también el yo— parece quedar sumergido, disuelto, sin asidero.

### 3.3 La vida (no) es sueño

Buda afirmaba que la budeidad está en cada uno de nosotros, sólo se trata de descubrirla («*per via di levare*»). Buda, que significa «despierto», creía que todo ser humano vive en un sueño, en la credulidad, el aletargamiento y la convicción de que el mundo fenoménico constituye la realidad, y que es posible salir de ese sueño mediante prácticas que conduzcan a despertar —lo que se viene traduciendo con el confusional término *iluminación*—, a conectar con el sí-mismo, progresivamente, hasta lograr la trascendencia.

Vivir identificado con el yo y otros objetos equivale a vivir una ensoñación. El pensamiento budista está preñado de referencias, relatos y observaciones acerca del sueño para ejemplificar el autoengaño en que la mayoría de los seres humanos viven sus vidas. Uno de los más bellos acaso sea el sueño de Chuang Tzu, que Jorge Luis Borges y sus amigos Silvina Ocampo y Adolfo Bioy Casares recogieron en su antología de cuentos fantásticos. Tomamos la manera, más extensa, en que lo recoge el libro *Dos grandes maestros del taoísmo*.<sup>11</sup>

«Antiguamente, Chuang Tzu soñó que era mariposa. Revoloteaba gozosa; era una mariposa y andaba muy contenta de serlo. No sabía que era Chuang Tzu. De pronto se despierta. Era Chuang Tzu y se asombraba de serlo. Ya no le era posible averiguar si era Chuang Tzu que soñaba ser mariposa, o era la mariposa que soñaba ser Chuang Tzu. Chuang Tzu y la mariposa son cosas bien diferentes. Así son las transformaciones de las cosas».

El relato de este sueño pone de relieve precisamente esa imposibilidad de deslinde que emerge de la experiencia onírica: ¿quién sueña *en realidad*? Más aún: ¿quién es ese que sueña cuando sueña que sueña, como ocurre en ocasiones? Y todavía: ¿si ese que figura el sueño *soy yo*, quién es *ese yo* que me sueña en el sueño?

La cuestión sobre la identidad es uno de los pilares del pensamiento de Ramana Maharshi, que se preguntaba y preguntaba constantemente a sus discípulos acerca de ello: «¿Quién es este “yo” ¿De dónde viene? “Yo” no era consciente en el sueño profundo. Simultáneamente a su aparición, el sueño

---

<sup>11</sup>ELORDUY, C. (ed.), «Dos grandes maestros del taoísmo. Lao Tse, Chuang Tzu», Editora Nacional (1983), Madrid.

profundo se cambia en sueño con sueños o en vigilia. Pero ahora no estoy interesado en el sueño con sueños. ¿Quién soy yo ahora, en el estado de vigilia? Si “yo” se originó en el sueño profundo, entonces el “yo” estaba cubierto con la ignorancia».

El budismo en su vertiente advaita-vedanta considera que la vida de vigilia es otra forma de ensoñación, pero en la creencia de que estamos despiertos. Así, la vigilia y el sueño profundo serían dos estados inferiores o menores de conciencia, en comparación con un estado superior o mayor: el del yo que sólo es testigo (el «yo-yo» del que habla Ramana Maharshi), observador de todo (podríamos decir *carente de sujeto*).<sup>12</sup>

Ken Wilber, uno de los impulsores de la moderna psicología transpersonal, explica así los diferentes estados de conciencia: «En la medida en que siga profundizando la práctica de la meditación y pase del estado de sueño sutil al siguiente estadio de estado superior (perteneciente al reino causal puro sin forma y sin sueños), su centro de gravedad de estado seguirá cambiando y se adentrará en el estado de sueño profundo sin sueños, una conciencia muy sutil que tenderá a estar presente. Entonces comprenderá que aunque en ese estado no haya casi nada (porque se trata de un estado “sin sueños y sin forma”), usted sigue siendo usted. Todavía hay un grado muy sutil de conciencia o de despertar puro y usted siente su yo exactamente igual que cuando había objetos presentes (...). Este estado explica claramente la sensación de un Yo (con mayúscula) que no depende de la identificación con ningún objeto, sino que es radicalmente Libre, Liberado y Emancipado».<sup>13</sup>

Despertar, iluminarse, retirar las diversas capas que recubren el yo, despojarlo del tradicional sitio de coherencia y unidad en que lo colocó la cultura occidental, para descentrarlo y salir de la ensoñación, es una tarea que muchos intentan acometer a edades tempranas. Pero, ¿es esto posible? Al igual que no podemos renunciar a algo que aún no hemos experimentado, vivenciado, poseído, la empresa de despojarse de la coraza yoica no parece plausible antes de la edad adulta. Esto puede valer para los caminos del practicante de la meditación como para el paciente que busca en el psicoanálisis una herramienta para su trascendencia, si bien hay diversidad de opiniones al respecto: Freud, por ejemplo, creía que a partir de una cierta edad el ser humano es inanalizable en virtud de una rigidez psíquica y unas disposiciones pulsionales difícilmente movibles; Jung, en cambio, creía que era a partir de los 40 años que podía afrontarse la realización del sí-mismo con mejores perspectivas de éxito.

---

<sup>12</sup>Ese yo que surgiría de la pregunta del zen «¿cuál era tu rostro antes de que tus padres nacieran?».

<sup>13</sup>WILBER, K. «Meditación integral. Mindfulness para despertar y estar presentes en nuestra vida», Kairós (2016), Barcelona.

### 3.4 Montañas y ríos

Un viejo proverbio zen dice que «al comienzo, las montañas eran montañas y los ríos eran ríos, luego fue todo uno y al final, las montañas volvieron a ser montañas y los ríos volvieron a ser ríos».

Para una persona normal y corriente, que vive una vida normal y corriente, las montañas son montañas y los ríos son ríos. Esta es una manera de decir que sin cuestionamiento sobre uno mismo y sobre el mundo en el que uno vive, la forma en que se manifiesta la realidad es la que acepta la mayoría. Continuamente se nos intenta adoctrinar con consignas como «esto es lo que hay», «las cosas son así», «esto es lo normal» o «de sentido común», es decir, «no pienses por ti mismo, haz lo que nosotros digamos».

Salir de esa normalidad comienza por buscar un modo de salirse de los modelos imperantes en un mundo lleno de sufrimiento e ignorancia. La búsqueda puede encaminar a la persona a explorar ciertas formas de espiritualidad, y también a probar un psicoanálisis. Tanto para el nuevo practicante de este método como para el que prueba con la meditación, hay un momento en que el mundo que conocía hasta entonces, aquella normalidad generadora de malestar, comienzan a desfigurarse: ya nada es como parecía, los contornos de las cosas se difuminan y las antiguas certezas se tambalean; es posible que entonces el vacío cobre fuerza, que nada se sostenga, y pueda parecer que nada tenga sentido: las montañas dejan de ser montañas y los ríos dejan de ser ríos. Ese momento de la práctica suele resultar crucial, es el momento en que *ser nadie* se conjuga con un cierto *nada es*: todo pierde hasta su nombre. La vida se puede convertir en un lugar despojado de alegría: zozobra el yo, y con él también el tú, los otros, el pasado y hasta el futuro.

Algunos practicantes creen que ese estado es el Vacío, con mayúscula, del que hablan los textos budistas, una nada que pueden confundir con la iluminación. Creen que la no-dualidad, el trascender la máscara yoica, el no-apego a las formas del mundo fenoménico, consistiría en extrañarse de la vida y morar en la vacuidad. Sin embargo, el desapego completo de la vida *también* es dualista, ya que requiere de un sujeto que se separe y un mundo del cual separarse. Es decir, otra trampa: habitar la vacuidad de esa manera supone que el yo sigue siendo quien la habita. Y de trampas como la descrita aquí está plagado el camino de quien practica algún método emancipatorio, también el del analizando que cree, lleve uno o veinte años de análisis, que se ha desprendido para siempre del ropaje yoico, como si el yo no fuera en gran medida inconsciente y, por tanto, atemporal e imperecedero.

Krishnamurti se encargó, como algunos otros sabios orientales, de quitarle importancia a los modelos preestablecidos, lleven el nombre que lleven y con independencia de quien los haya inventado: todo intento de reeditar

una experiencia, por original que haya sido, no deja de ser una nueva manera de alienarse. «No hay, pues, método alguno para el conocimiento de uno mismo. Buscar un método implica invariablemente el deseo de alcanzar algún resultado, y eso es lo que todos queremos. Seguimos a la autoridad —si no la de una persona, la de un sistema, una ideología— porque queremos un resultado que sea satisfactorio, que nos dé seguridad. En realidad no queremos comprendernos a nosotros mismos, nuestros impulsos y reacciones, todo el proceso de nuestro pensar, lo consciente así como lo inconsciente; quisiéramos más bien seguir un sistema que nos asegure un resultado. Mas el seguir un sistema es invariablemente el resultado de nuestro deseo de seguridad, de certeza; y es evidente que el resultado no es la comprensión de uno mismo. Cuando seguimos un método, debemos tener autoridades —el instructor, el “guía espiritual”, el salvador, el Maestro— que nos garanticen lo que deseamos; y, por cierto, ese no es el camino hacia el conocimiento de uno mismo».<sup>14</sup>

## 4 Un tango

Unos discípulos occidentales visitaron al monje tibetano Chögyan Trungpa. Curiosos acerca de la idea budista sobre la ausencia de identidad del ego, mantuvieron este breve diálogo con él:

– Si no hay yo, ¿qué es lo que se reencarna entonces?

– La neurosis.<sup>15</sup>

Nadie ha dicho que trascender el yo resulte fácil. Se trata de una experiencia a la vez negativa y positiva para quien la atraviesa: no queda casi nada a lo que aferrarse, pero por ello mismo sobreviene a cambio una energía vital luminosa, una potencia de obrar —en el sentido spinoziano—, una conciencia muy sutil que, tal como la conciben los budistas, en nada se asemeja a la conciencia del intelecto ordinario o a la conciencia sensorial cotidiana. Y, lo más importante, es posible que así como se adquiere ese estado de nueva conciencia, éste se esfume si no se lo cuida con la práctica, tanto da si hablamos de budismo como si lo hacemos de psicoanálisis. Pensado así, entonces, ¿en qué consistiría ese «estar analizado» del que presumen algunos, después de algunos pocos años de diván?

---

<sup>14</sup>KRISHNAMURTI, J., *op. cit.*

<sup>15</sup>Citado por EPSTEIN, M. en «Contra el yo. Una perspectiva budista», Kairós (2007), Barcelona.

«Primero hay que saber sufrir, después amar, después partir y al fin, andar sin pensamiento». Es un verso de un viejo tango titulado *Naranja en flor*, de Virgilio Expósito. Se podría aplicar al viaje analítico, que el paciente suele iniciar cuando el sufrimiento vital le resulta en alguna medida intolerable, para —cuando la cosa funciona— abandonarse al amor de transferencia con el analista, desde el que procurará calmar sus malestares y trascender su neurosis, partir luego en pos de su propio deseo, ya no alienado a otros modelos identificatorios, y al fin, andar (y hablar) sin pensamiento, más allá de pensar o no pensar, libre del ruido de lo que el budismo denomina *la mente o el pequeño yo*, en comparación con ese otro Yo que se ha despojado de las múltiples máscaras del actor, libre para asociar, a resguardo de la represión, el síntoma, la enfermedad.

Tras el vivir y el soñar,  
está lo que más importa:  
despertar.<sup>16</sup>

## 5 Agradecimientos

Quiero dar las gracias a la Vida, que me ha dado y me sigue brindando tanto a cambio de tan poco. A mis compañeros del EPBCN, que son también compañeros de viaje vital y espiritual. A quienes forman parte de la pequeña sociedad que sostenemos con nuestro trabajo diario, y que regamos con el amor y la dedicación que requiere toda planta para crecer en el verdor.

*Barcelona, abril de 2018*

---

<sup>16</sup>MACHADO, A., «Poverbios y cantares», LIII.