



## Los Peldaños en “Nuestra Ascesis”<sup>1</sup>”



Este relieve se encuentra en el pilar de la entrada central de la catedral de Notre-Dame de París. Según Fulcanelli, representa a la Alquimia.

Juan Aviñó S  
Noviembre 2024  
Parques de Estudio y Reflexión Los Manantiales

---

<sup>1</sup> El término “Nuestra Ascesis” lo utiliza Silo en esta carta y Adolfo Carpio lo desarrolla en su estudio en <https://www.parquemanantiales.org/portfolio-item/nuestra-ascesis/>

*“Nos quedamos pues con que nuestra "ascesis" es un camino preciso de progreso en el que los peldaños de esa escalera son registros e indicadores indudables que marcan el estado del proceso en que se encuentra quien pretende seguir subiendo. Por supuesto que no se mortifica a nadie con esto ya que nuestra vida se desarrolla en términos horizontales: en nuestro mundo de relación, en nuestras necesidades y aspiraciones, en nuestro destino. Por otra parte, bien sabemos que en el desplazamiento por nuestro espacio interno no existe solamente una dimensión horizontal, sino diversas dimensiones: lo alto, lo bajo, lo ancho, lo volumétrico, lo temporal como modificador de espacios, etc. La ascesis, implica un dominio progresivo de esas escalas, de esos peldaños y es una tarea especializada poco útil a la vida cotidiana. Espero que esto sirva para algo. Recibe un gran abrazo. Negro”<sup>2</sup>.*

---

<sup>2</sup> Carta de Silo a Pepe Feres, 2do semestre del 2001 (se adjunta carta completa).

## Encuadre.

En este texto del Maestro, me llamó la atención lo de detectar peldaños en la Ascesis. ¿Qué era esto de lograr un dominio progresivo de esas escalas, de esos peldaños?, ¿cómo describir un escalón en el eje z y en el tiempo?. En distintos momentos había atendido a las dificultades y a los avances en mi proceso, pero no a la construcción de peldaños.

Luego de hacer la Disciplina Mental habían transcurrido casi 14 años de trabajo con la Ascesis, así que tenía bastante material como para investigar la existencia de estos posibles escalones.

Por otra parte, por primera vez iba a hacer un relato acerca de mi Ascesis. Algunas dificultades que se sumaban a cómo ser lo más honesto posible, de modo de no disminuir ni aumentar las descripciones, debido al pudor y a la tendencia a positivizar.

En cuanto a los temas y a cómo ordenarlos, me pareció que lo mejor era orientarme por el material de Ascesis que recibimos el 2011.

## Ejercicio de Entrada<sup>3</sup>.

### La técnica o procedimiento para la Entrada.

He entendido que se busca construir un procedimiento o técnica que lleve en la dirección de lo Profundo, en plena vigilia y por una vía indirecta que eluda el fortalecimiento del “yo” que se desea suspender. Visto desde ahora me parece sencillo, pero me tomó algunos años llegar a esto.

Luego de muchas lecturas e intercambios llegué a armar un procedimiento o técnica que me parece más o menos correcto. Esto permite trabajar en el contenido de cada uno de los pasos siguiendo un camino que tiene cierta coherencia para mí, Hay ahí un primer peldaño, una determinada técnica con sus pasos para acceder a lo Profundo.

### El umbral o la “conexión”.

Considero el umbral desde el momento anterior a sentarme a hacer el Ejercicio de Entrada, hasta que llego a un registro interno de cierta profundidad y calma, previo a evocar el Propósito. El interés está en traspasar el espacio y tiempo cotidianos, para llegar a ubicarme en un lugar más interno al interior de la cabeza.

Este procedimiento ha ido variando desde ubicarme en una imagen visual, por ejemplo, un portal, hasta el momento actual en que lo hago mediante una secuencia de pasos.

Empiezo viendo si tengo energía y ganas de hacer el ejercicio. Sin energía no hay nada, mejor “pasar”. También a veces puedo reflexionar, evocar el Propósito o los pasos de la Disciplina. Luego observo si estoy más o menos tranquilo, sin preocupaciones. A veces me apoyo ordenando el ámbito externo.

Puedo hacer una distensión y una lectura de la Mirada Interna, que me lleve aún más adentro. A veces evoco la Oración de la Gnosis. Ha sido una buena práctica tomar notas luego de un ejercicio y leerlas antes de empezar un nuevo ejercicio.

Identificar ese registro en el interior de la cabeza, es un peldaño que se va grabando con la repetición. Puedo hacer todo lo anterior o ninguna de ellas, el tema es llegar a ese registro en que estoy adentro y en calma. Aunque describo este registro como único, en realidad no es nunca el mismo, siempre se manifiesta con profundidades y cargas diferentes.

---

<sup>3</sup> *Silo, Apuntes de Psicología, Psicología IV, El Acceso a los Niveles Profundos, P. 154*

### **Evocación del Propósito<sup>4</sup>.**

Desde ese lugar conecto con el Propósito y con la afectividad<sup>5</sup> que le acompaña, hasta registrar la mayor claridad y carga posible. Este es un peldaño en el que sigo trabajando: la ubicación cada vez más profunda del Propósito. Una práctica que me ha resultado importante ha sido El Pedido, en relación al Propósito: pedir que se me aclare y que se manifieste con toda su carga. Comprendo que esto es esencial para los próximos pasos y es un trabajo que trato de incorporar en el Estilo de Vida.

### **Profundizando la mirada.**

Voy hacia los ojos, por dentro y estoy ahí un rato. Dejo pasar las cadenas asociativas, hasta llegar a un estado de mayor calma y silencio. Otro tema en proceso que se relaciona con los pasos anteriores.

### **Pasos de la Disciplina.**

Me desplazo desde los ojos por dentro, hacia arriba, atrás y hacia el centro de la cabeza. Evoco los pasos 10, 11 y 12 de la Disciplina. Intento mantenerme en este estado de suspensión del “yo”, hasta que desaparezcan las referencias espaciales y temporales (supresión del “yo”)

Acá registro que han habido avances, pero también que falta fluidez. He profundizado dos veces la Disciplina completa y sigo en ello. Un peldaño que se va formando poco a poco.

### **Suspensión del “yo”<sup>6</sup>.**

Es necesario tener energía para quedarme ahí y esto depende del proceso anterior de la Entrada. La registro variable y una limitación importante. Lo asocio con la claridad y carga del Propósito y con el Estilo de Vida. Además de esto, estoy investigando en la parte corporal de la energía, es decir, buen sueño y alimentación. Un tema en el que necesito seguir trabajando.

Esto es muy en resumen, el Ejercicio de Entrada desde el punto de vista de los peldaños.

### **Propósito.**

Al revisar mis notas del 2010, 2013 y 2016, me llamó la atención que las descripciones que hacía del Propósito eran bastante similares. Me parece que este último año, el Propósito ha ido ganando en claridad, carga y proyección. He descubierto que la claridad es importante porque se hace más fácil evocar el Propósito y cargarlo. Se trata de un indicador. También se presentan cada

---

<sup>4</sup> *Actas completas de Escuela, Centro de Estudios - Punta de Vacas, 10 y 11 de abril de 2009. Día 1, Reunión informal de Escuela.*

<sup>5</sup> *“... Fuerza, brillo y permanencia en una imagen tiene que ver con la carga afectiva. Entonces, ya que nos metimos en el tema de la Ascesis, si yo tengo un propósito y tengo un conjunto de técnicas, debería examinar, comprender con qué fuerza o intensidad afectiva va todo eso. Esa es la medida”. Actas completas de Escuela, Centro de Estudios - Punta de Vacas, 10 y 11 de abril de 2009. Día 1, Reunión informal de Escuela.*

<sup>6</sup> *“En cuanto a la energía psicofísica necesaria para el mantenimiento de la atención en un interesante nivel de concentración, el principal impulso proviene del interés que forma parte del Propósito. Al comprobar la falta de potencia y permanencia, se debe revisar la preparación que se ha hecho del Propósito. Se requiere una conciencia despejada de fatiga y una mínima educación de la reducción del foco atencional sobre un solo objeto”.*

*Actas completas de Escuela, Centro de Estudios - Punta de Vacas, 10 y 11 de abril de 2009. Día 1, Reunión informal de Escuela.*

vez con mayor frecuencia diferentes propósitos pequeños<sup>7</sup> relacionados con el Propósito mayor. Estos propósitos tienen que ver en general con actividades de la vida cotidiana. Con el qué y cómo hacer.

Los temas dentro de lo cotidiano van adquiriendo más profundidad y nuevos significados. Todo parece operar desde un lugar más interno y con un sentido más preciso. Se distingue más claramente lo primario de lo secundario. Los pedidos y agradecimientos se refieren crecientemente al Propósito.

Experimento la presencia creciente del futuro<sup>8</sup> y de las posibilidades de transformación. Lo natural se transforma en intencionalidad lanzada al futuro.

Cuando vivo en el Propósito, estoy en un estado de conciencia inspirada. Otro peldaño es cuando la inspiración va ganando permanencia en la vida cotidiana<sup>9</sup>.

Una vez, por un instante, vi un hilo del Propósito que estaba ubicado en un lugar muy profundo y con una gran carga. Quedó como una intuición de un futuro que me succiona.

### **Sustitución del paisaje de formación<sup>10</sup>.**

Han habido algunos cambios y otros aún no aflojan, seguramente porque vienen de la memoria antigua. Quisiera rechazar toda forma de violencia y tener la certeza de que la muerte no existe, sin embargo por el momento esto no es así. Lo que me gustaría, no coincide con lo que me ocurre, al menos no con esa profundidad. Reconozco que en parte sigo justificando la respuesta violenta cuando se trata de grupos sociales que sufren la injusticia de los poderosos. Que he ido perdiendo fe en la muerte, pero que aún imagino mi propia muerte y la de mis seres queridos con temor y como algo trágico. En esta etapa la trascendencia se manifiesta como un intento de que las acciones continúen en varios ámbitos, como en la Escuela, la familia y el trabajo.

---

<sup>7</sup> *"Puedes meter en el propósito muchos pequeños propósitos, intereses. Es un proceso de transformación profundo, trabajo interno"*

*Actas completas de Escuela, Centro de Estudios - Punta de Vacas, Reunión informal de Escuela, 10 y 11 de abril de 2009. Día 1*

<sup>8</sup> *En muchísimas cosas, no solo en el armado de las Disciplinas, nuestra tendencia es siempre hacia el futuro. Siempre ponemos en primer lugar la causa final. Esas cuatro causas aristotélicas, esa causa final que se va a producir, eso determina la dirección. Esto es muy importante para nosotros. Si no se formaliza en su cabeza la intención, el deseo que tiene de lograr ciertas cosas, no va a llegar al resultado que le interesa. El propósito, la causa final, la disposición en primera persona, para enganchar justo en eso que necesitamos en esta materia, que es acortar los tiempos. Es interesante como pone uno la cabeza, siempre ponerla en la obra acabada, hacia dónde va". Actas completas de Escuela, Centro de Estudios - Punta de Vacas, Reunión formal de Escuela, 7 al 11 de enero del 2010, 9 de enero.*

<sup>9</sup> *"Los fenómenos de la vida cotidiana que tengan que ver con otros, son todos casos de conciencia inspirada". Parque Los Manantiales, 24 al 28 de febrero del 2007, día 1*

<sup>10</sup> *"... Cuando hablamos de transformaciones profundas hacemos una suerte de sustitución del paisaje de formación, que empuja y viene de atrás, lo sustituimos por algo más consciente. No es consciente el mundo en que uno se formó y actúa. Pero cuando lo sustituimos, reemplazamos ese mundo para movernos con los propósitos que nosotros formamos. Este largo trabajo de formación de los propósitos, que tienen que ver con valoraciones, tonos afectivos y búsquedas. Es cosa seria, este salir del paisaje de formación dado y entrar en otro armado por uno. Armar un propósito es armar un paisaje de formación diferente."*  
*Parque Punta de Vacas, Centro de Estudios, Reunión informal de Escuela, 16 al 19 de julio del 2009*

### **Aparece el “otro”.**

Desde el paisaje antiguo, no veía al “otro”<sup>11</sup> o lo veía en forma plana. Al observar el “yo”, luego de un instante de vacío, aparece el “otro” con su intención y con diferentes profundidades. Ya no lo veo sólo en función de su utilidad para mí. Mis conductas hacia él o ella, parecieran tener un sentido mayor.

Empieza a manifestarse la necesidad de trabajar en equipo. Comprendo que no puedo imponerle nada a nadie y que tengo que aprender a persuadir. Empiezo a pedir ayuda y algunas veces, a ayudar sin cálculos. También registro con fuerza la ayuda de otros en momentos de dificultad. Pequeños pero importantes cambios en el paisaje.

Algo inesperado, es que en medio de las dificultades de la vida diaria, ha aparecido un registro de desagrado con algunas de mis conductas. Identifico en ellas un sabor a yo, un yo invasivo con un sabor malísimo. Menos mal que este disgusto, suele dar paso a registros de apertura, de crecimiento, de proximidad a los estados inspirados. Este “paquete” de registros graba en la memoria una huella, un interés de estar atento a la presencia de este yo invasivo.

### **... la diversidad**

Me invade entonces una suave fuerza, donde por momentos pareciera estar viendo el mundo “desde el otro”. Registro por momentos la fuerza de lo débil, la debilidad de lo agresivo, la no confrontación, atiendo a lo que no se ve, a lo que nos une, al proceso, a lo que nos trasciende. Tengo la certeza de que por un instante tomé contacto con eso que llaman “amor”. Había muchísima energía ahí, un centro irradiador.

Recuerdo eso de “ley pareja no es dura” y con una sonrisa me digo “ley pareja es dura y violenta” porque la premisa es falsa: no somos parejos, somos diferentes y desde la convergencia de las diferencias es que nos unimos. Somos diferentes y no solo eso, sino que tú y yo somos diferentes respecto del momento anterior. Si aspiro a tratar a los demás como quiero ser tratado, estaré lo más atento posible para percibir en qué estás ahora, para donde vas ... y lo mismo para mí.

Empiezan a caerse las etiquetas de viejos y jóvenes; de gordos y flacos; negros, blancos y amarillos; de fuertes y débiles, de inteligentes y tontos, musulmanes, judíos, ateos y creyentes; mujeres y hombres. ¡Este si que es el derrumbe de un muro!

### **.. y una nueva mirada**

A veces me pongo a observar un estado de contradicción y violencia personal, como escudriñando. La tendencia era alejarme, sin mirar lo que ocurría, ahora simplemente me he quedado ahí. Puede que haga una autotransferencia o no, pero hay una mirada diferente que busca integrar, algo muy nuevo. Se me viene una pregunta: ¿será esta mirada un indicador del futuro ser humano que mirándose a sí mismo se liberará de sus condiciones de origen?

He ido comprendiendo que el rechazo al paisaje antiguo es parte del proceso y que van apareciendo espacios y conductas muy queridas. Se hace evidente que fortalecer el Propósito es la vía para sustituir el paisaje de formación. Poco a poco, el Propósito va masajeando y sustituyendo el paisaje antiguo. Claramente se trata de algo que yo no hago, que ocurre por sí solo, de un peldaño que se abre paso y que se fortalece cuando estoy más consciente de lo que me pasa.

---

<sup>11</sup> Susana Rubio, relato de experiencia donde se refiere a la dificultad de ver al otro, <https://www.parquemanantiales.org/portfolio-item/breve-relato-de-experiencia-sobre-el-ensueno/>

## Estilo de Vida.

La tranquilidad interna es una de las recomendaciones del Estilo de Vida. Un nuevo término en el lenguaje de la Ascesis.

La atención se dirige a observar las compulsiones, con su registro de ansiedad, de que las cosas tienen que hacerse inmediatamente y del modo que me parecen. Se va manifestando una conducta más calma e intencional, difiriendo las respuestas. Hay más energía disponible y esto me lleva a una nueva dificultad, que es el Manejo y Control de la Energía<sup>12</sup>.

Hay una forma de estar que busca la reconciliación conmigo mismo y con los demás. Empezó con situaciones puntuales y luego se fue integrando como una necesidad.

El escalón tiene un registro de gusto por la calma, por el silencio y por una apertura hacia lo nuevo. Siguen apareciendo compulsiones, pero también crece la calma, a pesar de que voy realizando y participando en actividades más complejas. Hay un claro registro de aumento de la energía disponible.

## Mantenerse en el Centro<sup>13 14</sup>.

Es otra recomendación para el Estilo de Vida. Otro término nuevo en el lenguaje del nuevo paisaje de la Ascesis. ¡Qué curioso el uso de términos nuevos para la Ascesis!. Lo interpreto como una ayuda para formar un nuevo paisaje.

¿De qué se trata, cuál es su registro y cómo puedo llegar a experimentarlo?, ¿será por medio del silencio mental, al dejar pasar las cadenas asociativas?, ¿se tratará del recuerdo del Propósito y del paisaje querido?, ¿o al registro kinestésico, es decir, a la posición del cuerpo?, ¿al centro del pecho con apoyo en la respiración?, ¿cuando me pregunto quién soy o qué necesito realmente?, ¿cuando atiendo al otro ser humano?. Todos estos apoyos se me han presentado en diferentes momentos y registro que me aproximan a ese centro.

A veces me doy cuenta que estoy descentrado, que me he olvidado de mí mismo. Ahí el yo se identifica con todo, hay sufrimiento, pérdida de tiempo y de energía. Darme cuenta de que estoy descentrado es por supuesto el primer paso para centrarme. La facilidad para volver a mi centro es indicador de que se está formando un escalón. Comprendo que el mantenerse en el Centro es estar en todo lo que contribuye a acceder a lo Profundo. Lo entiendo como un escalón importante que se ha ido desarrollando.

El recuerdo de sí acelera la construcción de ese centro. Es este estado el que hace evidente lo que me acerca y lo que me aleja de mi centro.

En este proceso me parece ver que alguien está mirando desde más arriba y más atrás, que hay un nuevo observador. O tal vez se trate del mismo observador que antes aparecía muy de vez en cuando.

---

<sup>12</sup> Silo, Capítulo XVII de la Mirada Interna, Pérdida y Represión de la Fuerza

<sup>13</sup> *“Mantenerse en el centro” a pesar de las variaciones cotidianas es uno de los esfuerzos del Estilo de Vida.*....  
**Material de Ascesis de los tres Parque, Actitudes Mentales**

<sup>14</sup> *“Pretendemos tener como Centro de Gravedad de nuestras actividades un punto de vista interno con uno mismo, diferente a lo habitual, que en otras épocas se ha considerado como un nivel diferente de conciencia”....*  
*“El encontrarnos con otro modo de sentir, pensar y a la larga actuar, el estudiar los procedimientos para entrar y hacer de eso un centro de gravedad más importante, alrededor del cual giran nuestros intereses”....*  
**Parque Punta de Vacas, Reunión de Escuela. 1 de marzo del 2008**

### Atender a situaciones simultáneas y el silencio interno<sup>15</sup>.

¿Cómo era posible atender a varias situaciones al mismo tiempo y hacer silencio mental? Lo veía como una paradoja, que me costó resolver.

Empecé a comprenderlo a través de la experiencia directa. Se dio luego de estar muy complicado atendiendo a varios temas: simplemente respiré y me observé desde arriba y atrás. Inmediatamente experimenté un alivio, como si hubiese bajado la espuma en un recipiente. En situaciones similares lo volví a repetir y nuevamente se produjo esa distensión, integrándose poco a poco esta práctica al Estilo de Vida.

También comprendo que el silencio interno es importante para la vida en general, para situaciones particulares, para los momentos de desaliento, de emociones negativas o para las descargas excesivas de energía. El silencio lo registro como calma y energía. El aumento del silencio es otro peldaño importante<sup>16</sup>.

### Reflexiones semanales y retiros ocasionales<sup>17</sup>.

Las reflexiones y retiros son también sugerencias para el Estilo de Vida. En los primeros años hice las reflexiones semanales basándome sólo en los registros de unidad y de contradicción, sin considerar a la Ascesis como centro. Luego fui revisando la semana desde los temas de la Ascesis. Me parece que esto fue un escalón importante: poner la Ascesis en el centro.

Respecto de los retiros, han ido variando desde uno a cuatro días, tanto personales como grupales. Tengo la intuición de su importancia para la Ascesis, pero tengo ciertas dificultades que me complican la disponibilidad de retirarme algunos días, así que estoy viendo diferentes alternativas.

### Producciones<sup>18</sup> y Estudio.

Tengo la certeza de que cada Producción en la que he participado ha sido un peldaño, un salto de nivel, ya sea que la haya hecho individualmente o en grupo. Por su influencia en mí, en el

---

<sup>15</sup> *Igualmente, es importante ir educando (poco a poco), la capacidad de **atender a situaciones simultáneas** y no solamente "pasos a paso". Normalmente se atiende a un problema cotidiano y luego se pasa a otro, siendo muy difícil resolver diversas situaciones más o menos simultáneamente. Para ello, el emplazamiento es de "silencio mental", frente a esas situaciones que se deben atender al mismo tiempo. Precisamente, el "silencio mental" debe ir ganando terreno en el propio Estilo de Vida. Es cierto que se va perdiendo apasionamiento y también se dejan de disfrutar algunas pequeñas cosas, pero esta es una buena dirección para ir saliendo de la "cadena" de dependencias sensoriales y mentales".*

Material de Ascesis de los tres Parque, Actitudes Mentales

<sup>16</sup> *"La dirección del propósito está presente en los vacíos".*

Rodrigo Delgado, "Relato de Experiencia El vacío central o lo profundo en La Ascesis",

<sup>17</sup> *Tomar un día a la semana (varias horas a solas para poder meditar, reflexionar y ordenar ideas sobre las cosas de tu vida externa e interna). Ocasionalmente retiros personales para profundizar en la Ascesis.*

Material de Ascesis de los tres Parque, Actitudes Mentales

<sup>18</sup> *"Hay otro tema. Es el referente a las actividades en la Escuela. El estudio, investigación y producción de materiales en la Escuela es primario, y en ese sentido alentar a la gente de E. a que hagan sus primeras armas y sus primeros intentos es muy importante.....*

*Nos interesa mucho que la gente haga sus producciones, alentemos la producción. Pero sin que la gente se mortifique y se ponga plazos. Si son cosas de inspiración no conviene moverse con plazos".*

Parque Punta de Vacas, Centro de Estudios, Reunión Informal de Escuela, 23/09/2009, Día 2



tiempo, destaco “El Átomo y la Ascesis como Centro”<sup>19</sup> y “La Mentalidad Investigativa en la Ascesis”<sup>20</sup>.

El peldaño no significa que cada vez sea más sencillo hacer una Producción, no va por ahí la cosa, sino que cada vez busco un registro más interno al hacerla, que es cada vez más necesaria.

Además, varios años reflexionando en textos de Silo con un grupo de estudios, me han ido educando hacia la investigación y hacia un pensamiento relacional. Sin duda que algo ha cambiado. Además a fuerza de poner la cabeza ahí, algo va pasando, algo se empieza a entender y esa mentalidad ayuda en la Ascesis.

Para terminar este relato de experiencia quiero destacar lo interesante que ha sido para mí este recorrido, tratando de detectar peldaños en mi Ascesis. Ha sido un trabajo intenso, con mucha carga e inspiración.

Quiero agradecer a quienes me apoyaron repetidamente con sus comentarios.

Agradezco al Maestro por crear este ámbito, que nos permite inspirarnos crecientemente y para terminar me permito rescatar la siguiente frase:

*“Aspiramos con la Ascesis a no tener que construir, una suerte de nada activa que busca avanzar”<sup>21</sup>.*

Muchas gracias.

---

<sup>19</sup> <https://www.parquemanantiales.org/portfolio-item/el-atomo-y-la-ascesis-como-centro/>

<sup>20</sup> <https://www.parquemanantiales.org/portfolio-item/la-mentalidad-investigativa-en-la-ascesis/>

<sup>21</sup> Actas Completas de Escuela, Punta de Vacas, Reunión Informal de Escuela, 10 y 11 de abril del 2009

Hola Pepe.

*En el artículo del "diccionario" de Estudios Tradicionales, están bien las distinciones respecto de "ascesis", "ascetismo" y otras que pueden llevar a confusión. Dicho así: "... 'ascesis' designa propiamente un esfuerzo metódico para alcanzar una cierta meta, y más particularmente una meta de orden espiritual mientras que el misticismo, en razón de su carácter pasivo, implica más bien, como ya lo hemos dicho a menudo, la ausencia de cualquier método definido". En lo que hace a "ascesis", en el artículo hay varias y buenas precisiones. Sin embargo, en lo que hace a "misticismo" se establece una dialéctica innecesaria con "ascesis". El "misticismo" no es el tema de esta discusión, pero debe saberse que en cuanto a trabajo interior si bien aparece como pasivo (a diferencia de una "ascesis" que es indudablemente activa), es un esfuerzo por lograr que la conciencia se haga receptiva a una posible acción externa.*

*En fin, que en lo que hace a nosotros, las precisiones dadas más arriba son aceptables y no, por ejemplo, las de la Real Academia que dice textualmente: "Ascesis.- Reglas y prácticas encaminadas a la liberación del espíritu y el logro de la virtud". Esta definición trae problemas porque debemos precisar qué es eso de "espíritu", "virtud", etc.*

*Nos quedamos pues con que nuestra "ascesis" es un camino preciso de progreso en el que los peldaños de esa escalera son registros e indicadores indudables que marcan el estado del proceso en que se encuentra quien pretende seguir subiendo. Por supuesto que no se mortifica a nadie con esto ya que nuestra vida se desarrolla en términos horizontales: en nuestro mundo de relación, en nuestras necesidades y aspiraciones, en nuestro destino. Por otra parte, bien sabemos que en el desplazamiento por nuestro espacio interno no existe solamente una dimensión horizontal, sino diversas dimensiones: lo alto, lo bajo, lo ancho, lo volumétrico, lo temporal como modificador de espacios, etc. La ascesis, implica un dominio progresivo de esas escalas, de esos peldaños y es una tarea especializada poco útil a la vida cotidiana.*

*Espero que esto sirva para algo. Recibe un gran abrazo.*

*Negro. (Segundo semestre año 2001)*

## **ASCESIS Y ASCETISMO**

*Cap. XIX de Initiation et Réalisation Spirituelle, editado originalmente en Etudes Traditionnelles, oct.-nov. 1947.*

Hemos constatado en diversas ocasiones que algunos establecían entre los términos "ascética" y "mística" una comparación bien poco justificada; para disipar toda confusión a este respecto, basta con darse cuenta de que el término "ascesis" designa propiamente un esfuerzo metódico para alcanzar una cierta meta, y más particularmente una meta de orden espiritual<sup>1</sup>, mientras que el misticismo, en razón de su carácter pasivo, implica más bien, como ya lo hemos dicho a menudo, la ausencia de cualquier método definido<sup>2</sup>. Por otra parte, el término "ascética" ha tomado un sentido más restringido que el de "ascesis", porque es aplicado casi exclusivamente en el dominio religioso, y quizá es eso lo que explica hasta cierto punto la confusión de la que hablamos, pues va de suyo que todo lo que es "místico", en la acepción actual de esta palabra, pertenece también a ese mismo dominio; pero hay que guardarse bien de creer que, inversamente, todo lo que es de orden religioso está por ello mismo más o menos estrechamente emparentado con el misticismo, lo cual es un extraño error cometido por ciertos modernos, y sobre todo, es bueno anotarlos, por aquéllos que son lo más abiertamente hostiles a toda religión.

Hay otro término derivado de "ascesis", el de "ascetismo", que quizá aún se presta más a confusiones, porque ha sido netamente desviado de su sentido primitivo, a tal punto de que, en el lenguaje corriente, ha llegado a no ser ya apenas sino sinónimo de "austeridad". Ahora bien, es evidente que la mayor parte de los místicos se entregan a austeridades, a veces incluso excesivas, aunque no sean por lo demás los únicos, ya que este es un carácter bastante general de la "vida religiosa" tal como se le concibe en Occidente, en virtud de la muy extendida idea que atribuye al sufrimiento, y sobre todo al voluntario, un valor propio en sí mismo; es cierto también que, de una manera general, esa idea, que nada tiene en común con el sentido original de la ascesis y no es de ningún modo solidaria con ella, se halla ~~acentuada todavía más particularmente~~ acentuada todavía más particularmente entre los místicos, pero, repitémoslo, está lejos de pertenecerles exclusivamente<sup>3</sup>. Por otro lado, -y es esto sin duda lo que permite comprender que el ascetismo haya adquirido comúnmente tal significado- es natural que toda ascesis, o toda regla de vida que apunte a un fin espiritual, revista a los ojos de los "mundanos" una apariencia de austeridad, incluso aunque no implique de ninguna manera la idea de sufrimiento, simplemente porque descarta o descuida forzosamente las cosas que ellos ven como las más importantes, cuando no incluso como enteramente esenciales, para la vida humana, y cuya búsqueda ocupa toda su existencia.

- 1 Quizá no sea inútil decir que el término "ascesis", que es de origen griego, no tiene relación etimológica alguna con el latín *ascendere*, pues hay quienes se dejan engañar a ese respecto por una similitud puramente fonética y enteramente accidental entre ambos términos; por otra parte, aún cuando la ascesis apunta a obtener una "ascensión" del ser hacia estados más o menos elevados, es evidente que el medio no debe ser confundido en ningún caso con el resultado.
- 2 Cf. *Aperçus sur l'Initiation*, pp. 12-13.
- 3 Cf. *Aperçus sur l'Initiation*, pp. 177-178.

Cuando se habla de ascetismo como se lo hace habitualmente, ello parece implicar aún otra cosa: lo que normalmente no debía ser sino un simple medio con carácter preparatorio es tomado demasiado a menudo por un verdadero fin; no creemos exagerar nada al decir que, para muchos espíritus religiosos, el ascetismo no tiende a la realización efectiva de estados espirituales, sino que tiene por único móvil la esperanza de una "salvación" que no será alcanzada sino en la "otra vida". No queremos insistir en ello excesivamente, pero parece claro que, en semejante caso, la desviación no esté ya solamente en el sentido del término, sino en la cosa misma que él designa; desviación, decimos, no ciertamente porque hubiera en el deseo de "salvación" algo más o menos ilegítimo, sino porque una verdadera ascesis debe proponerse unos resultados más directos y precisos. Tales resultados, cualquiera que sea por lo demás el grado hasta el que puedan llegar, son, en el propio orden exotérico y religioso, el verdadero propósito de la "ascética"; pero ¿cuántos son, al menos en nuestros días, los que sospechan que también pueden ser alcanzados por una vía activa, luego muy otra que la vía pasiva de los místicos?

Como quiera que sea, el sentido de la propia palabra "ascesis", si no el de sus derivados, es lo suficientemente amplio para aplicarse en todos los órdenes y a todos los niveles: ya que se trata esencialmente de un conjunto metódico de esfuerzos tendiente a un desarrollo espiritual, se puede hablar muy bien, no sólo de una ascesis religiosa, sino también de una ascesis iniciática. Solamente hay que tener cuidado de subrayar que el objetivo de esta última no está sometido a ninguna de las restricciones que limitan necesariamente, y en cierto modo por definición misma, al de la ascesis religiosa, ya que el punto de vista exotérico al cual ésta se halla ligada se refiere exclusivamente al estado individual humano <sup>4</sup>, mientras que el punto de vista iniciático comprende la realización de los estados supraindividuales hasta el estado supremo e incondicionado inclusivamente<sup>5</sup>. Además, va de suyo que los errores o las desviaciones concernientes a la ascesis que pueden producirse en el dominio religioso, no podrían hallarse en el dominio iniciático pues no dependen en definitiva más que de las limitaciones que son inherentes al punto de vista exotérico como tal; lo que decíamos hace poco del ascetismo, en particular, evidentemente sólo es explicable en razón del horizonte espiritual más o menos estrechamente limitado que es el de la generalidad de los exoteristas, y por consiguiente de los hombres "religiosos" en el sentido más ordinario de esta palabra.

El término "ascesis", tal como lo entendemos aquí, es aquél que en las lenguas occidentales corresponde lo más exactamente al sánscrito *tapas*; es verdad que éste contiene una idea que el otro no expresa directamente, pero no por ello esta idea deja de entrar menos estrictamente en la noción que pueda darse de la ascesis. El sentido primero de *tapas* es en efecto el de "calor"; en el caso de que tratamos, este calor es evidentemente el de un fuego interior

que debe quemar lo que los cabalistas llamarían las "cortezas", es decir, en suma, destruir todo lo que, en el ser, es obstáculo para una realización espiritual; es ello pues, claramente, algo que caracteriza, del modo más general, a todo método preparatorio para esta realización, método que, desde este punto de vista puede ser considerado como constituyendo una "purificación" previa a la obtención de cualquier estado espiritual efectivo<sup>7</sup>.

Si *tapas* adquiere a menudo el sentido de esfuerzo penoso o doloroso, no es porque se le atribuya un valor o una importancia especial al sufrimiento como tal, ni porque se lo vea a éste aquí como algo más que un "accidente"; sucede que, por la misma naturaleza de las cosas, el desapego de las contingencias es siempre y a la fuerza algo penoso para el individuo, cuya propia existencia también pertenece al orden contingente. No hay en ello nada que sea asimilable a una "expiación" o a una "penitencia", ideas que juegan al contrario un gran papel en el ascetismo entendido en sentido vulgar, y que sin duda tienen su razón de ser en un cierto aspecto del punto de vista religioso, pero que manifiestamente no podrían hallar lugar en el dominio iniciático, ni por lo demás en las tradiciones que no están revestidas de una forma religiosa<sup>8</sup>.

En el fondo, podría decirse que toda verdadera ascesis es esencialmente un "sacrificio", y hemos tenido ocasión de ver en otra parte que, en todas las tradiciones, el sacrificio, bajo cualquier forma que se presente, constituye propiamente el acto ritual por excelencia, aquél en el cual se resumen en cierto modo todos los demás. Lo que así es gradualmente sacrificado en la ascesis<sup>9</sup> son todas las contingencias de las que el ser debe llegar a desprenderse como de otras tantas ataduras u obstáculos que le impiden elevarse a un estado superior<sup>10</sup>; pero, si puede y debe sacrificar esas contingencias, es en tanto que éstas dependen de él y en cierto modo forman parte de él mismo a un título cualquiera<sup>11</sup>. Como por otro lado la propia individualidad no es asimismo más que una contingencia, la ascesis, en su significación más completa y profunda, no es en definitiva otra cosa que el sacrificio del "yo" cumplido para realizar la conciencia del "Sí".<sup>12</sup> Traducción: José Manuel Río.

---

4 Por supuesto se trata aquí de la individualidad encarada en su integralidad, con todas las extensiones de las que es susceptible, sin lo cual la propia idea religiosa de la "salvación" no podría tener verdaderamente ningún sentido.

5 Apenas creemos útil recordar que es ésta precisamente la diferencia esencial entre la "salvación" y la "Liberación". No solamente los dos objetivos no son del mismo orden, sino que ni siquiera pertenecen a órdenes que, aunque diferentes, fueran todavía comparables entre sí, ya que no podría haber medida común alguna entre un estado condicionado cualquiera y el estado incondicionado.

6 La relación de este fuego interior con el "azufre" de los herméticos, que es concebido igualmente como un principio de naturaleza ígnea, es demasiado evidente para que haga falta algo más que indicarlo incidentalmente (Ver *La Grande Thade*, cap. XII).

7 Podrá relacionarse a esto con lo que hemos dicho acerca de la verdadera naturaleza de las pruebas iniciáticas (*Aperçus sur l'Initiation*, cap. XXV).

8 En las traducciones de los orientistas, frecuentemente se encuentran los términos "penitencia" y "penitente", que no corresponden de ninguna manera a aquello de lo que se trata en realidad, mientras que los de "ascesis" y "asceta" convendrían al contrario perfectamente en la mayor parte de los casos.

9 Decimos gradualmente porque se trata de un proceso metódico y, por otra parte, es fácil comprender que, salvo tal vez en algunos casos excepcionales, el desapego completo no puede operarse de un solo golpe.

10 Para este ser, puede decirse que esas contingencias son entonces destruidas como tales, es decir, en tanto que cosas manifestadas, porque verdaderamente no existen ya para él, aunque subsistan sin cambio para los demás seres; pero, por otra parte, esa aparente destrucción es en realidad una "transformación", pues va de suyo que, desde el punto de vista principal, nunca nada de lo que es podría ser destruido.

11 Puede también recordarse a este respecto el simbolismo de la "puerta estrecha", que no puede ser franqueada por aquél que, como los ricos de quienes trata en el Evangelio, no ha sabido despojarse de las contingencias, o que, "habiendo querido salvar su alma (es decir, el 'yo'), la pierde" porque no puede, en esas condiciones, unirse efectivamente al principio permanente e inmutable de su ser.

12 En terminología más corriente y moderna lo que Guénon denomina "yo" es llamado "ego" y el "Sí" es equiparable al "Yo" (con mayúscula). Igualmente lo que R. G. llama "individualidad" puede sustituirse por "personalidad". (n. d.)