

Prólogo

Cuando consideramos la aportación que las tradiciones contemplativas pueden ofrecernos hoy en día, ningún concepto es más importante que el de la «no-dualidad», un término que puede tener muchos significados, dependiendo del contexto. En general, la no-dualidad niega cualquier distinción que solemos dar por supuesta: por ejemplo, entre la mente y el cuerpo, la trascendencia y la inmanencia, los medios y los fines y, especialmente, la no-dualidad entre sujeto y objeto, entre el yo y los otros, que es el núcleo de este libro. Estas afirmaciones se encuentran en todas las religiones, pero son más frecuentes en la literatura mística abrahámica y en tradiciones asiáticas como el budismo, el vedanta y el taoísmo.

¿Qué podemos aprender actualmente de estas enseñanzas? Invariablemente, las dualidades son descritas como ilusorias y problemáticas, como una fuente de insatisfacción. En un lenguaje más contemporáneo diríamos que son constructos psicológicos y sociales que a veces son necesarios, pero que no deben confundirnos. Un niño, por ejemplo, no nace con una conciencia de estar separado de los otros. El sentido de un yo separado se desarrolla conforme crece y aprende a usar palabras como «yo», «mi» o «mío». Estructurado sobre nuestros

patrones habituales de pensar, sentir y actuar con otros, el sentido dualístico del yo también es un componente social. El niño aprende a verse a sí mismo como le ven los otros, y por eso no es extraño que siempre sea muy sensible a la evaluación de los demás.

El hecho de que el yo sea un constructo abre la puerta a una posibilidad que la moderna psicología justo está empezando a explorar: las meditaciones deconstructivas pueden conducir a experimentar el mundo y a nosotros mismos en el mundo de una forma diferente, no-dual. Este es un territorio familiar para los no-dualistas entrenados en la espiritualidad asiática, que durante milenios ha enseñado meditaciones que pretenden alcanzar esa condición. El descubrimiento contemporáneo de dichas tradiciones y prácticas ha sido uno de los grandes beneficios de la globalización, permitiendo que se inicie una fructífera conversación entre Oriente y Occidente.

Es en este contexto en el que surge el nuevo libro del profesor García Campayo, *Vacuidad y no-dualidad*. Combina un profundo análisis de lo que la psicología occidental ha descubierto sobre la naturaleza del yo y el ego con una profunda apreciación de lo que las religiones asiáticas tienen que ofrecernos. Explica claramente los problemas producidos por la comprensión dualista de nosotros mismos y nuestra relación con los otros, y ofrece introducciones al budismo, vedanta y taoísmo que subrayan lo que estas tradiciones enseñan en respuesta a estas cuestiones. Aún más importante, el profesor García Campayo ofrece mucho más que un resumen de estas tradiciones: entra en detalle describiendo una gran variedad de prácticas contemplativas y meditaciones deconstructivas que realmente

promueven una transformación experiencial, personal y directa. En su ambiciosa estructura, este libro concluye apuntando más allá de sí mismo, a las formas no-duales de experimentar lo que las grandes tradiciones espirituales enseñan. Hay mucho que aprender de la admirable síntesis del profesor García Campayo, pero aún más hay que aprender de las prácticas que se recomiendan.

DAVID R. LOY
Maestro del linaje sambo del budismo Zen
Profesor de Ética, Religión y Sociedad
en la Universidad de Bunkyo, Japón