



WILLIGIS  
JÄGER

LA  
OLA  
ES  
EL  
MAR

ESPIRITUALIDAD  
MÍSTICA

20<sup>a</sup> edición

Desclée De Brouwer

WILLIGIS JÄGER

LA OLA ES EL MAR

Espiritualidad mística

---

20<sup>a</sup> Edición

DESCLÉE DE BROUWER

BILBAO - 2002

Título de la edición original:  
Die Welle ist das Meer. Mystische spiritualität.  
© Verlag Herder Freiburg im Breisgau, 2000.

Traducción: Carmen Monske

1ª edición: enero 2002  
2ª edición: abril 2002  
3ª edición: noviembre 2002  
4ª edición: septiembre 2003  
5ª edición: julio 2004  
6ª edición: septiembre 2005  
7ª edición: octubre 2006  
8ª edición: octubre 2007  
9ª edición: junio 2008  
10ª edición: abril 2009  
11ª edición: marzo 2010  
12ª edición: enero 2011  
13ª edición: enero 2012  
14ª edición: febrero 2013  
15ª edición: enero 2015  
16ª edición: enero 2017  
17ª edición: diciembre 2018  
18ª edición: mayo 2020  
19ª edición: marzo 2021  
20ª edición: octubre 2022

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2002  
Henaio, 6 - 48009 Bilbao  
www.edesclée.com  
info@edesclée.com  
Facebook: EditorialDesclée  
Twitter: @EdDesclée

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Impreso en España-Printed in Spain  
ISBN: 978-84-330-1671-3  
Depósito Legal: BI-0711-2020  
Impresión: Grafo, S.A. - Basauri

### *El libro*

El gran deseo de Willigis Jäger, conocido benedictino y Maestro Zen, consiste en recuperar y dar nueva vida a las diferentes tradiciones de la mística y explicarlas a la luz de la cosmovisión moderna. El autor acompaña al lector en su búsqueda personal de la verdad, del sentido de la vida, y le ofrece respuestas y soluciones que superan una visión anticuada del mundo y transmiten una visión nueva de la realidad y del ser humano. Las tradiciones místicas de las grandes religiones son el punto de partida de la visión esperanzada del autor y de su tesis básica según la cual el camino futuro de la humanidad será el camino hacia la plenitud de la vida. Acompañar a las personas en ese camino es la meta de las conversaciones sobre mística mantenidas con Christoph Quarch, que constituyen el contenido de este libro. La visión cósmica y el pensamiento integrador del autor confieren una sorprendente viveza y actualidad a la espiritualidad mística que el libro describe.

### *El autor*

Willigis Jäger es uno de los guías espirituales más importantes de nuestro tiempo. Como monje benedictino está profundamente enraizado en la tradición contemplativa mística del cristianismo occidental. Para ahondar sus experiencias se entrenó en el Zen por espacio de doce años, seis de los cuales los pasó en un centro de la escuela Zen *Sanbokyodan*, en Kamakura, Japón. Desde 1983 hasta el año 2000 dirigió la casa de San Benito de la abadía de Münsterschwarzach, en Würzburg, Alemania, donde sigue dando cursillos de Contemplación y de Zen.

### *El editor*

Christoph Quarch, Dr. Phil., filósofo y Director de estudios en el Deutsche Evangelische Kirchen-tag (Día de la Iglesia Evangélica Alemana). Hasta el año 2000 fue redactor de la revista “Comentarios Evangélicos“. Vive en la ciudad de Fulda, Alemania. Es el editor del libro de la colección Herder Spektrum: E.U. v. Weizsäcker: *Eine neue Politik für die Erde* (Una política nueva para la tierra). (4746)

### *La traductora*

Carmen Monske, discípula de Willigis Jäger desde el año 1983 y, desde 1995, Maestra Zen de la Escuela Zen *Sanbokyodan*. Estudios de filología inglesa. Secretaria de Dirección trilingüe. Vive en Madrid, acompaña a las personas en su camino espiritual e imparte sesshin.

e-mail: [cmonske@gmail.com](mailto:cmonske@gmail.com)  
[www.baika-an.org](http://www.baika-an.org)

# ÍNDICE

PRÓLOGO . . . . .	11
PRESENTACIÓN . . . . .	15
INTRODUCCIÓN: ¿EN EL UMBRAL DEL MILENIO DEL ESPÍRITU?	
El espíritu de la época despierta la necesidad de la mística . . . . .	19

## PRIMERA PARTE:

### LAS BASES DE LA ESPIRITUALIDAD MÍSTICA

1. LA OLA ES EL MAR	
La naturaleza de la experiencia mística . . . . .	47
2. MUCHOS SENDEROS, PERO UNA SOLA CIMA	
La relación de las religiones con la mística . .	77
3. DIOS ES EL BAILARÍN Y LA DANZA	
Cómo se pueden reinterpretar las enseñanzas cristianas . . . . .	101
4. EN EL FONDO DE LA COPA DIOS ESTÁ ESPERANDO	
Las ciencias naturales confirman la experiencia de la espiritualidad mística . . . . .	127

## SEGUNDA PARTE:

### LA PRÁCTICA ESPIRITUAL DE LA MÍSTICA

5. SENTARSE, RESPIRAR, ESTAR EN SILENCIO	
Qué pasos se pueden dar en el camino espiritual . . . . .	143
6. ENCAMINADOS HACIA EL PARAÍSO	
Efectos de la experiencia espiritual sobre el comportamiento . . . . .	165

7. LOS DEMONIOS PUEDEN SER DE AYUDA	
Por qué la mística contribuye al bienestar de las personas . . . . .	185
8. LA PRÁCTICA DEL ARTE DE MORIR	
Los maestros espirituales son también asistentes de almas . . . . .	203
BIBLIOGRAFÍA . . . . .	223

## PROLOGO

*Del editor*

---

El trayecto en tren desde Würzburg a Stuttgart dura dos horas; y dos horas duró la viva conversación que mantuve, una noche de enero de 1999, en un compartimento de tren, con mi colega de entonces, Michael Strass. Volvíamos a casa después de haber tenido con Willigis Jäger una entrevista que poco después debía publicarse en la revista “Comentarios Evangélicos”, y durante ese trayecto experimentamos un estado de inspiración como nunca habíamos sentido antes, en tantos viajes como habíamos hecho juntos para realizar otras entrevistas.

Habíamos hablado por espacio de una hora con Willigis Jäger en la Casa de San Benito, pero en esa hora tocamos temas que impregnarían nuestras conversaciones durante muchos días después. ¡Qué cosas oímos en ese breve tiempo en el que nuestro huésped contestó a todas nuestras preguntas! Por lo menos a mí me parecía que se había abierto la puerta a un mundo espiritual cuya existencia de alguna manera había intuido desde siempre, pero que nunca se me apareció tan claro y diáfano como durante la entrevista.

Lo fascinante era que Willigis Jäger hablaba sobre los misterios de las religiones y de la fe sin dejarse llevar por exaltaciones románticas. Todo lo contrario, allí había alguien que sabía hablar de vida y muerte, de resurrección y renacimiento, de milagros y sacramentos de una forma que satisfacía las exigencias intelectuales que había adquirido en

el transcurso de un largo periodo de estudios de filosofía. Allí, alguien hablaba de Dios sin que en su discurso aparecieran los conceptos y frases deslavazadas que me habían estropeado más de un culto divino dominical. Pero, a la vez, hablaba de tal forma que en muchas de las cosas que decía podía reconocer la fe de mi infancia, no tan ingenua como antaño sino interpretada nuevamente bajo una luz que, sin lugar a dudas, se basaba en una experiencia espiritual. Me parecía que, después de todo, podría haber una fe cristiana capaz, por un lado, de resistir mis criterios severos de honestidad intelectual y, por otro, de ajustarse a mi anhelo de una religiosidad auténtica.

Pero, ¿resistiría también esta fe los criterios de la enseñanza religiosa? Mi colega no estaba tan seguro de ello y, en parte debido a esta controversia, nuestras conversaciones adquirieron una fecundidad permanente. También yo estaba convencido de que muchas cosas que piensa y dice Willigis Jäger son difícilmente digeribles para el sentido común cristiano. E, igual que mi colega, me resultó insatisfactorio que sus conocimientos se nutrieran de fuentes de experiencia que a nosotros nos estaban vedadas, o aún siguen estándolo. Pero la veracidad indiscutible y la autoridad con la que nuestro huésped había desarrollado sus pensamientos ante nosotros hizo que, desde el principio, no me quedara ninguna duda de que merecía la pena interesarse más profundamente por la sabiduría de este hombre. Y así surgió la idea de añadir, a la anterior entrevista para la revista, una entrevista en forma de libro.

Willigis Jäger, vacilante al principio, accedió finalmente a ello, convencido de que un libro de este tipo podría servir para facilitar el acceso a sus experiencias y conocimientos a todas aquellas personas que carecieran del tiempo suficiente para leer alguno de sus libros más extensos. Nos reunimos durante dos fines de semana en la Casa de San Benito y, nuevamente, me encontré con un interlocutor altamen-

te presente y concentrado que, aunque a veces le costaba mucho esfuerzo encontrar las palabras adecuadas, jamás eludió una pregunta. Como tercer participante, Willigis Jäger había invitado a su amigo de muchos años, Alexander Porej, al que le agradecemos aquí sus comentarios inspirados y sus preguntas aclaratorias. Asimismo, doy las gracias a Christine Teufel y a Ulla Bohn, que acompañaron el proceso de elaboración de este libro en sus diferentes fases de lectura, así como a los colegas de la editorial Herder Spektrum, que debieron tener mucha paciencia con nosotros.

*Christoph Quarch, Fulda, agosto del 2000*

## P R E S E N T A C I Ó N

---

Este libro se ha escrito para personas que viven en el entorno cultural cristiano pero no están bautizadas o no se sienten ya ligadas a la Iglesia. En él, no se considera a Dios como creador de un mundo ontológico diferente de Él mismo, sino como unidad del ser y del no ser; una unidad donde no existe separación alguna entre Dios y mundo, entre espíritu y materia, entre ser y no ser. Lo que en Occidente denominamos Dios se considera aquí como la Realidad Una que se revela en innumerables formas, pero sigue siendo siempre ella misma. Es como el mar, que se manifiesta en miles de oleajes diferentes pero sigue siendo la misma agua.

Durante mi larga estancia en Japón llegué a formarme una idea de la cosmovisión oriental, lo que me permitió mirar desde fuera nuestro edificio de la fe cristiana. También me di cuenta de que las religiones son modelos que el ser humano utiliza para interpretarse a sí mismo y al mundo. Pero los modelos no son la realidad; a menudo descansan en postulados que simplemente se repiten, sin cuestionarlos. Cuando la ciencia usa un modelo para explicar procesos complejos sabe que el modelo no es el fenómeno en sí, sino tan sólo una interpretación. Ese modelo se modifica en cuanto surgen nuevos conocimientos. Las religiones se sirven de modelos; también ellas deberían tener la valentía, cuando cambia la visión del mundo, de crear nuevos

modelos o de reinterpretar los antiguos porque, si no, se convierten en un obstáculo en el camino de las personas, en lugar de una ayuda. Por eso, hay personas profundamente religiosas que no se sienten vinculadas a ninguna confesión. Para ellas están pensadas, en primer lugar, las conversaciones recogidas en este libro.

Soy consciente de que el contenido del libro puede infundir temor a más de uno, y también suscitar controversias; precisamente por ello podrá inducir a discusiones sobre religión y mística. En él nada se considera como absoluto. No se quiere convencer a nadie, ni se desprecian los conceptos religiosos existentes. Tan sólo se intenta ver las verdades antiguas bajo una luz diferente. Con ello no pretendo devaluar otras opiniones, sino tan sólo presentar puntos de vista sobre el sentido de la existencia humana. Sé, por mi larga experiencia pastoral, que muchas personas comparten estos puntos de vista y que esos pensamientos constituyen un apoyo en su camino, también en su camino cristiano. Para ellas se ha escrito asimismo este libro.

Desde mi infancia estoy buscando respuesta a las preguntas auténticas de la vida: ¿por qué vivo? ¿cuál es el sentido de estos sesenta, setenta o, a lo mejor, ochenta años de vida en esta insignificante mota de polvo, ubicada al borde de un inmenso universo? En los caminos espirituales de Oriente he encontrado una profundidad espiritual que es totalmente equivalente a la mística cristiana. Creo haber encontrado en la mística oriental y occidental las respuestas verdaderas a la pregunta por el sentido de la vida. A veces, me parece que la mística supone la salvación de la religión. Ni en el budismo ni en el hinduismo existe una Congregación de la Fe que dicte a las personas lo que deben creer. En ambas tradiciones, la religión se sigue renovando gracias a las experiencias de los sabios y místicos. Por supuesto, en las religiones orientales nos encontramos con todo tipo de matices en cuanto a creencias y prácticas religiosas. Pero allí

se sabe muy bien que al fin y al cabo la meta consiste únicamente en la experiencia de la realidad y que la religión se ha desarrollado a partir de la experiencia mística de personas sabias. Por lo menos así es como entiendo yo la revelación.

Casualidad o Providencia: estoy escribiendo estas líneas en Bursfelde, una antigua abadía benedictina, donde estoy impartiendo un cursillo. Precisamente en este monasterio tuvo su origen una reforma en la Edad Media. A partir de impulsos místicos se fue generando una nueva forma de religiosidad entre los seculares, la *devotio moderna*. En un principio, fue practicada solamente en círculos seculares y, más adelante, se introdujo en los conventos. Dentro del marco de la reforma de Bursfelde, estas formas de oración contemplativa se introdujeron también en la Orden benedictina. A la celebración de la liturgia y de la oración común en el coro se añadieron una meditación particular matutina y una vespertina. Hoy en día, son principalmente seculares los que se unen en múltiples grupos para practicar esta oración contemplativa. A estas personas quisiera animar con las entrevistas que figuran a continuación.

*Willigis Jäger*

INTRODUCCIÓN:  
¿EN EL UMBRAL DEL  
MILENIO DEL ESPÍRITU?  
El espíritu de la época despierta la necesidad  
de la mística

---

*En su calidad de Director del Centro de Caminos Espirituales "Haus St. Benedikt", de Würzburg, usted está en contacto con muchas personas. Día tras día trata con huéspedes, discípulas y discípulos, dedicados, cada uno a su manera, a la búsqueda; conversa con ellos y conoce sus angustias y esperanzas. ¿Qué es lo que mueve a estas personas?*

Muchas mujeres y hombres que se acercan a mí ya no se encuentran a gusto en su entorno cristiano tradicional. Nada o muy poco les aporta la enseñanza impartida por las iglesias. Porque ni les ayuda a vencer sus problemas de la vida cotidiana ni concuerda con su cosmovisión. ¿Y cómo podría ser de otro modo? Hace tiempo que sabemos por la astrofísica que los seres humanos no somos el ombligo del mundo. Nuestra tierra es una mota de polvo en el borde del universo, ubicada en una pequeña galaxia, una más entre los cerca de doscientos cincuenta mil millones que probablemente existen. Este universo comenzó probablemente en tiempos inmemoriales con el Big Bang y, desde entonces, va dilatándose casi a la velocidad de la luz. Se habla de *quasares* pulsantes y de agujeros negros. Y se cree que, después de un tiempo inimaginablemente largo, el universo se fundirá nuevamente en un único punto. Todo esto lo sabemos hoy y no encaja en absoluto con lo que las iglesias llevan enseñando durante siglos y lo que aún creen muchos cristianos, pues la mayoría de los dogmas surgió en una época en la que se creía que la tierra era un disco y las estrellas agujeros en el firmamento.

*¿Por qué creen las personas algo que está en contradicción con sus conocimientos?*

Porque necesitan ideas religiosas. Les aportan sentido y esperanza, sin los que el ser humano no puede vivir, porque es característico de nuestra especie poder reflexionar sobre nosotros mismos. Reflexionar sobre uno mismo significa irremisiblemente reflexionar sobre el sentido de la vida, sobre el sufrimiento, la muerte, y la vida después de la muerte. Carl G. Jung se dio cuenta de este hecho con gran claridad. Una vez escribió: *“Nuestras confesiones religiosas, con sus ritos y conceptos anticuados, reflejan, aunque justificadamente, una concepción del mundo que no suponía grandes dificultades en la Edad Media, pero que al ser humano de hoy se le ha vuelto incomprensible, a pesar de que un instinto profundo aún le sigue induciendo a aferrarse a ideas que están en conflicto con la cosmovisión moderna y que, tomadas en sentido literal, no se corresponden con el desarrollo mental que se ha producido en los últimos cinco siglos. Esto ocurre obviamente para no caer en el abismo nihilista de la desesperación”*. Pero hoy en día precisamente esto sucede cada vez con mayor frecuencia. La antigua visión del mundo ya no vale y las personas se desesperan porque no saben realmente por qué viven.

*¿Y entonces acuden a usted?*

Si, pero no es éste el único motivo. También vienen a verme cristianos creyentes y practicantes que han empezado a dudar de su fe; que se han dado cuenta de que la fe de su infancia ya no les sirve como guía a través de la vida y, sobre todo, a través de la muerte. Y luego tenemos a un gran número de huéspedes que no pertenecen a ninguna iglesia o confesión, que no están bautizados, pero que son profundamente religiosos. Esas personas intuyen que hay algo que, si bien hasta este momento no había desempeñado ningún

papel para ellos, ahora parece imprescindible para encontrar el sentido de sus vidas.

*¿Cuál es el motivo de ello?*

No hay una explicación sencilla, pero puedo dar algunos motivos. Desde hace algún tiempo estoy observando el fenómeno de la saturación: las personas en Occidente disponen de tantos bienes y artículos de consumo que al final ya ni saben qué sentido tiene todo ello. Además, es difícil orientarse por la cantidad de ideologías que nos invaden desde el mundo entero a velocidades increíbles debido a los nuevos medios de comunicación. Asimismo, los políticos no dicen con frecuencia la verdad pues resultaría demasiado sombría, y tampoco sería buena para una campaña electoral. Finalmente, somos manipulados constantemente tanto por la publicidad como por la selección de las noticias. Todo ello origina en muchas personas una gran inseguridad. Por eso, comienzan a buscar un nuevo orden de valores que pueda servir de base para una convivencia satisfactoria en este planeta.

*Durante siglos era sobre todo el humanismo europeo el que ofrecía un sistema universal de valores, pero el humanismo ha caído en descrédito. Hace algún tiempo, el filósofo Peter Sloterdijk lo criticó duramente; afirma que el humanismo no ha conseguido convertirnos en seres que respondan a sus propias exigencias éticas. Por ello propone buscar nuevas reglas para el "parque humano" del futuro. ¿Será eso lo que les hace falta a las personas de hoy?*

Detrás de las explicaciones de Sloterdijk está la pregunta angustiada de hacia dónde va la especie del homo sapiens, cuya inmadurez es patente. Ni las religiones, ni el marxismo, ni el existencialismo han conseguido convertir a las personas en seres mejores. El humanismo no ha logrado desarrollar a las personas de manera significativa en ninguna de sus manifestaciones históricas, ni en la edad antigua, ni en la

cristiana, ni en la de la Ilustración. Más bien parece lo contrario. Por lo menos es lo que se desprende de una mirada al siglo veinte: después de Stalin, Hitler, Mao, Pol Pot —y cito sólo los nombres más relevantes alrededor de los que se formaron sistemas que despreciaban al ser humano—, después de todas las luchas tribales de África, del empobrecimiento de la población en América Latina y del incremento de la criminalidad en el mundo entero, el ser humano ya no puede evitar preguntarse por el humanismo auténtico.

A la vista del tremendo fracaso del humanismo en el siglo veinte habrá que plantearse de nuevo la pregunta sobre la formación humana. En este aspecto tiene razón Sloterdijk. Nietzsche, al que se refiere, ya se dio cuenta de ello unos cien años antes. En su libro *“Así hablaba Zaratustra”*, compara a la juventud —y podemos aplicar tranquilamente la comparación a nuestra vida entera— con un camello que se arrodilla dispuesto a que lo carguen. A continuación se levanta tambaleándose y lleva su carga hacia el desierto. Allí se convierte en un león. Cuánta más carga haya llevado, tanto más fuerte se vuelve el león. Y luego tiene que matar a un dragón. El nombre de éste es: “¡Deberás!”. Una vez muerto el dragón, el león se convierte en un niño que se va desarrollando de acuerdo con lo que es él íntimamente. Nietzsche se está dirigiendo a los sacerdotes y maestros que parecen estar en posesión del monopolio del castigo. No significa ningún menosprecio de la educación o de los educadores, se trata más bien de un grito desesperado por haber éstos fracasado en convertir a las personas en seres humanos. Pone de manifiesto el tremendo déficit de la educación recibida por la humanidad a través de la religión, la teología, la filosofía, la escuela y la política. Ese déficit nos lleva hoy día a cuestionarnos el sentido de la educación en general. ¿Existen posibilidades de una socialización del ser humano que garantice realmente una convivencia digna?

*Sloterdijk propone liberar la formación humana de toda connotación moral, no sometiéndola ya a los filósofos y teólogos, puesto que tarde o temprano será competencia de la genética y la bioquímica. Por eso, su lema es: “técnica antrópica” en vez de formación humanista. ¿Qué opina usted de eso?*

Cuestiones tales como “técnica antrópica”, “selección prenatal” y manipulación genética me inquietan. Y con razón, pues nadie sabe cómo debería ser en realidad la persona del futuro. La tesis de Sloterdijk es correcta en el sentido de que no parece que la “domesticación” del ser humano se logre mediante los mandamientos y prohibiciones de la moral. No necesitamos solamente directrices –tampoco “directrices para el parque humano”– para modelar nuestra convivencia. Pero tampoco conseguiremos un ser humano auténtico mediante su “cría”. Nuestro entendimiento está sesgado por un egocentrismo que amenaza a la vida misma. Nos encontramos en un callejón sin salida al que nos ha llevado la hipertrofia de la razón, junto con un narcisismo destructor. A la vista de este hecho veo tan sólo una solución: no alcanzaremos el humanismo auténtico a través de los mandamientos, sino a través del conocimiento y de la experiencia mística de unidad con todos los seres. Tenemos que avanzar hacia nuestra fuente auténtica, nuestra naturaleza verdadera, nuestro núcleo divino, o como lo queramos llamar. Toda moral impuesta desde el exterior parece estar condenada al fracaso. A pesar de ello debemos intentar explicar a nuestros hijos cómo pueden vivir de manera aceptable dentro de la sociedad. Tenemos que establecer reglas que van desde el semáforo de tráfico hasta la responsabilidad social, pero la verdadera transformación del ser humano se origina en la profundidad de su ser.

*¿Cómo se puede motivar a las personas a desear tal transformación desde la profundidad de su ser?*