

Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales – sede Ecuador  
Programa de Antropología  
Convocatoria 2002-2004

Tesis previa la obtención de maestría en ciencias sociales con mención en  
antropología

“Las prácticas del zen y el yoga en la clase  
media de Quito”

Por:  
Lucila Donoso Gómez

Quito, febrero 2009

Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales – sede Ecuador  
Programa de Antropología  
Convocatoria 2002-2004

Tesis previa la obtención de maestría en ciencias sociales con mención en  
antropología

# “Las prácticas del zen y el yoga en la clase media de Quito”

Por:  
Lucila Donoso Gómez

Asesor:  
Carmen Martínez

Lectores:  
Xavier Andrade  
Fernando García

Quito, mayo 2007-agosto 2008

A Teo

Mis más profundos agradecimientos a:

- Carmen Martínez por el gran apoyo práctico para elaborar la tesis.
- Jorge Núñez por la ayuda para definir los detalles de la investigación en el taller de tesis y también a mis compañeros y compañeras de ese taller por sus ideas.
- Carla Estrella por la colaboración rápida y eficiente.

## Índice

Resumen	4
Introducción:	5
-Preguntas centrales de investigación	8
-Enfoque	8
-Metodología	11
I Clase media: historia y teoría	15
1 Historia	15
2. Discusión teórica – clase	47
3. Datos sociodemográficos clase media	58
II ¿Cómo de practica?	63
1 Zen:	63
-Descripción de una práctica	64
-El zen y sus orígenes	70
-Cómo llegó al Ecuador	80
2 Yoga:	83
-Descripción de una práctica	84
-El yoga y sus orígenes	88
-Cómo llegó al Ecuador	92
3 ¿Filosofía o religión?	96
III Los sujetos, los practicantes	106
1 Por qué llegó al yoga y al zen: ¿por qué lo practica?	111
2 Rutina cotidiana y práctica de yoga y zen	127
3 Clase media: ¿te sientes clase media?	139
IV Conclusiones	149
Bibliografía	159
Anexos: listado de entrevistas	166

## **Resumen**

Esta es una investigación sobre las prácticas de yoga y zen de dos grupos de Quito en los cuales participan miembros de la clase media de esta ciudad. El objetivo general de esta investigación es indagar sobre la espiritualidad de la clase media, como una forma de acercarse al conocimiento de este grupo social que ha sido poco abordado por las ciencias sociales.

Para el estudio se utilizó como metodología entrevistas, observación participante y autoetnografía como practicante de estas dos disciplinas y como miembro de la clase media. Las entrevistas y la observación participante se realizaron entre enero y agosto del 2008 en el grupo de yoga Gran Fraternidad Universal (GFU) y en dos grupos de meditación zen, uno de ellos ligado al Centro de Desarrollo Integral (CDI).

La tesis incluye en la primera parte un recorrido sobre la historicidad de la clase media en el Ecuador, a partir de los textos de economía política que incluyen referencias al apareamiento de este grupo social en el país. Se trata de alguna manera de establecer el escenario en el que surge la clase media.

En la segunda parte, una descripción de las prácticas de yoga y zen y sus rituales. También se incluye una explicación de lo que significan estas disciplinas, de dónde vienen, cómo llegaron al Ecuador y cómo se conformaron los dos grupos de estudio. Se discute si el zen y el yoga pueden ser considerados religiones o filosofías.

En la tercera parte se habla de los sujetos, de los practicantes. Al tratarse de una tesis para conocer más sobre las prácticas de la clase media, este capítulo permite conocer a los miembros de este grupo, las motivaciones que los llevan a practicar zen y yoga, cómo es su vida cotidiana y conocer sus reflexiones sobre identidad, el pertenecer a la clase media.

## Introducción

Levantarse para asistir a la clase de yoga en el parque Itchimbía o meditar durante una hora en silencio e inmovilidad en la casa ó con el grupo que practica la meditación zen<sup>1</sup> se han convertido en parte de las rutinas diarias de cierto grupo social de Quito: de lo que se puede llamar la clase media. Pero también es mi propia rutina, de una periodista, estudiante de una maestría de antropología, que se considera de clase media.

Esta investigación busca indagar en las prácticas espirituales de esa clase media a través de una autoetnografía y de observación participante de la práctica de meditación zen y de yoga en determinados grupos de Quito.

¿Por qué estudiar a mi propio grupo social, y a una práctica que para mí es muy personal y hasta íntima? Luego de terminar las clases de la maestría, ingresé en esta búsqueda espiritual que me ha llevado a la práctica del yoga y del zen. En esa misma época decidí retomar la tesis que había dejado olvidada e intenté tomar un taller de tesis de Identidad y Religión con Carmen Martínez, pero al final nunca lo tomé. Pero me fue útil para recordar a mis compañeras de la clase de yoga y me dije: “esto es en lo que yo misma estoy metida”. Así fue como surgió en mi la idea de investigar este interés de ciertas personas por las religiones y prácticas orientales.

El pertenecer a la clase media ha sido un tema conflictivo en mi vida, y ese conflicto, atravesado por otros más personales, me llevó a una crisis que generó la búsqueda espiritual que luego desembocó en el yoga y el zen. Y creo, que aunque pueda sonar demasiado intimista, subjetivo y hasta egocéntrico, me es más fácil escribir, reflexionar desde unas vivencias personales, que sobre las vivencias de los otros como sujetos de investigación. Me siento, de alguna manera, capacitada a hacerlo porque comparto los sentimientos, sensaciones de esas prácticas con mis informantes. No es una realidad lejana para mí, a la que debo acercarme e intentar comprenderla. Es una realidad, un campo de relaciones al que ya tengo acceso, al que ya conozco.

Sin embargo, también incluye una dificultad que la encontré durante el recorrido de esta investigación: hablar sobre el tema de la espiritualidad, que para mí y para muchos es algo de lo que en general no se habla, sino que es algo que se practica, que se hace. Porque en la medida que hablas de la espiritualidad, es como que ya la pierdes.

---

<sup>1</sup> Al decir “meditación zen” me estoy refiriendo a la práctica del *zazen*, un tipo de meditación budista. Esta práctica es una de las más conocidas en Occidente del zen.

Es importante expresar esta dificultad, que podría ser metodológica, de cómo acceder a un tema más bien personal, íntimo de cada persona y cómo en la medida en que intente acceder, se disolverá en el análisis.

Se trata de un estudio de clase media, que ha tenido en el país muy poco tratamiento teórico. En general, el tema ha sido analizado en el marco de los procesos históricos del país, desde la economía política, pero ha tenido un exiguo tratamiento específico desde las ciencias sociales.

Es por este motivo que esta investigación incluye un recorrido sobre la historicidad de la clase media en el Ecuador, a partir de los textos de economía política que incluyen referencias al apareamiento de este grupo social en el país. Se trata de alguna manera de establecer el escenario en el que surge la clase media.

En cuanto a la religiosidad de los grupos humanos, los estudios se han enfocado generalmente en la religiosidad de los pobres, y de manera explícita se ha investigado poco sobre la religiosidad ó en la espiritualidad de la clase media. Y esto, porque, según explica Carmen Martínez (2005):

(...) estos grupos resisten a constituirse como objetos de estudio tanto antropológicos como para otras ciencias sociales y en parte porque se considera, quizás erradamente, que las religiones prenden entre los pobres y los oprimidos debido a que responden efectivamente a sus mayores necesidades socio-económicas o psicológicas, o a que estos grupos presentan tendencias antimodernas o menos “racionalistas”. (Martínez, 2005: 21)

En ese sentido, Martínez (2005) asegura que “menos considerada por parte de los analistas ha sido la también importante religiosidad de las elites y las clases medias (muy significativas, por cierto, en el caso ecuatoriano)”. (Martínez, 2005: 21)

En un país como el Ecuador, donde la religiosidad de su población, en las distintas clases, es un eje fundamental de análisis para cualquier rama de las ciencias sociales, es interesante conocer y comprender las prácticas religiosas de la clase media.

Pero también cómo esas prácticas conforman identidades, los significados que les dan sus actores y los usos que hacen de ellas. Es decir, como explica Martínez (2005), ver “la importancia de los grupos religiosos, así como su trabajo dando forma y politizando identidades”. (Martínez, 2005: 21)

Pero esa formación de identidades será analizada en el marco de una época caracterizada por la modernidad y la globalización, en lo que Appadurai (2001)

denomina “el trabajo de la imaginación” (Appadurai, 2001: 22), en las prácticas de su vida diaria. Es decir, cómo “los individuos y los grupos buscan anexar lo global a sus propias prácticas de lo moderno” (Appadurai, 2001: 20), que tiene que ver con una práctica cotidiana, en la vida diaria. En una modernidad, que al contrario de lo que varios teóricos auguraron, no significó una secularización de las sociedades, la reducción de la religiosidad a la esfera privada. Porque, como afirma Appadurai (2001), “existe una amplia evidencia, en el surgimiento de nuevas religiosidades, de que la religión no solo no está muerta, sino que bien puede que sea más consecuente que nunca debido al carácter cambiante e interconectado de la política global actual” (Appadurai, 2001: 20)

El grupo social intermedio entre la clase alta y la clase baja tal vez ha sido relegado del análisis por las dificultades en encontrar regularidades en él, es decir por su supuesta indefinición.

Pero, aunque se plantea esa dificultad, no significa que no existan ciudadanos y ciudadanas que se consideren dentro de ese grupo intermedio de la sociedad quiteña. En ese sentido, la directora de cine quiteña Anaí Hoeneisen de la película ecuatoriana *Esas no son penas*<sup>2</sup>, apostó por realizar una película sobre un grupo de mujeres de clase media de Quito. Así, ella explica que su proyecto “es un retrato de grupo, en el que cada quien aporta las luces y sombras de su paradójica condición de clase media, en una ciudad enclavada en los Andes”. Este estudio intentará ser un aporte para esa investigación de la clase media a partir de un acercamiento a sus prácticas cotidianas ligadas a las religiones orientales, específicamente al *hatha* yoga y el budismo zen.

Se trata de responder a cómo esas experiencias espirituales configuran a este grupo social denominado clase media.

El estudio también incorporará elementos de mi propia experiencia, en la tarea de escribir sobre los otros, junto con la técnica de observación participante, entrevistas a profundidad y descripciones.

---

<sup>2</sup> *Esas no son penas* (2006), es un filme dirigido por Anahí Hoeneisen y Daniel Andrade.

## **-Preguntas centrales de investigación:**

A partir de lo expuesto, se generan los siguientes objetivos de la investigación:

1.- ¿Porqué la clase media de Quito se interesa por la práctica de religiones orientales, cómo surgió ese interés? De manera específica, porqué en un país principalmente católico, un grupo de personas se interesa por una religión oriental y en ese sentido si los practicantes pueden ser al mismo tiempo católicos y practicar yoga y meditación zen.

2.- Las religiones pueden ser una respuesta a las crisis personales, a las crisis de la modernidad, a causas externas, ¿a qué responden este tipo de prácticas orientales, qué respuestas son las que buscan sus seguidores?.

4.- Conocer las formas en que se expresa esta religiosidad de la clase media, los rituales, las prácticas cotidianas, el *habitus* y cómo configuran al grupo social.

## **-Enfoque**

En la medida en que se trata de un enfoque autoetnográfico, este trabajo se enmarca dentro de los estudios reflexivos, como una unión entre una etnografía y autobiografía que incorpora las experiencias propias al escribir sobre otros (Etherington: 2004, 139).

También se enmarca dentro de las investigaciones del movimiento “New Age”, que como dice Paul Heelas (1996: 4<sup>3</sup>) aunque puede parecer “una mezcla de cosas, fundamentalmente incoherente y ecléctico”, (...) personifica los rasgos centrales de la modernidad (y porque ayuda a) resaltar los aspectos del mundo cultural en el cual vivimos” (Paul Heelas, 1996: 4; traducción propia).

En su libro *New Age movements* Heelas intenta explicar por qué estos movimientos celebran lo que es ser humano en un momento, en que la modernidad está colapsando en una situación marcada por “la “condena y abatimiento” (1996: 3)

---

<sup>3</sup> Todas las citas de libros escritos originalmente en inglés son traducciones propias.

Explica que el *New Age*, que marca, dice, una ruptura radical con la condición moderna, es la respuesta a la incertidumbre de nuestros tiempos, y que quienes son atraídos a estos movimientos están inseguros de sus identidades. Al tratarlo como un “movimiento”, Heelas (1996) plantea la importancia no solo a nivel individual de estas prácticas sino también público.

En este sentido el autor afirma que la principal característica de los movimientos que el denomina “*New Age*” es “la autoespiritualidad”, comprendida como la idea de que el “yo en sí mismo es sagrado” (Ibid: 2; traducción propia) Su interés es estudiar el “*New Age* como un recurso práctico y cultural empleado en la vida diaria” y por tanto de “los valores populares, aspiraciones y esfuerzos” (Ibid: 5;)

El autor plantea también la importancia de estudiar porqué “numerosas personas— típicamente de buena educación— han sido atraídos por lo que la gran mayoría de la población hubiera desechado como un ritual sin sentido” (Ibid, 1996: 3; traducción propia) Heelas, asegura que “las soluciones *New Age*, en otras palabras, son probablemente atractivas para esas personas de clase media o alta cuyas vidas no están caminando bien, o tan bien como ellos piensan que deberían ser ó para quienes han perdido la fe en los remedios convencionales” (Ibid, 1996: 3; traducción propia)

Lo que principalmente promueven estos movimientos, dice Heelas, es “el cambio de nuestro modo contaminado de ser- lo que somos por la virtud de la socialización – a ese ámbito de lo que constituye nuestra auténtica naturaleza” (Ibid: 3; traducción propia).

Pero en una postura crítica sobre la idea de estas prácticas como una respuesta a la crisis de la modernidad, el filósofo Slavoj Žižek (2001) afirma que “el pensamiento asiático *New Age*, en sus diferentes expresiones desde el Budismo hasta los diferentes Taos, se está estableciendo a sí mismo como la ideología hegemónica del capitalismo global” (Žižek, 2001: 1).

En ese sentido explica que “a pesar de que el Budismo Occidental se presenta a él mismo como un remedio contra la tensión estresante de la dinámica del capital, permitiéndonos mantener la paz interior, en realidad funciona como su perfecto complemento ideológico” (Ibid: 1).

Por ese motivo, dice que si “Max Weber estuviera vivo hoy definitivamente escribiría un segundo y suplementario libro a su *Ética del Protestantismo* titulada: *La ética taoísta y el espíritu del capitalismo global*” (Ibid: 1).

Las enseñanzas del budismo, y en especial las técnicas de meditación, dice el autor, “es la más eficiente manera para nosotros de participar en la dinámica capitalista mientras mantenemos la apariencia de sanidad mental”. (Ibid: 1).

Para el autor, el “budismo occidental”, es un “fetiche”, que nos permite “enfrentarnos” con la dura realidad, tal como se convierte el objeto personal de un ser querido tras su muerte.

El Budismo Occidental es un fetiche. Te permite participar plenamente en el paso frenético del juego capitalista mientras sostiene la percepción de que no estás realmente en él, que tu estás consciente de cuan inútil es este espectáculo y que lo que realmente importa para ti es la paz del yo interior del cual tu sabes que siempre puedes retirar como de una cuenta. (Zizek, 2001: 1).

En cuanto al estudio desde la religión, existen aproximaciones sobre el Orientalismo, como una construcción de occidente sobre las culturas, religiones y prácticas de las excolonias de oriente. Se trata de un interés por la forma en que la academia ha intentado representar y comprender a Oriente. Dentro de esos estudios, el inglés Richard King (1999), afirma que las ideas sobre el budismo y el hinduismo tienen una “historia discursiva” (King, 1999: 211) y fueron creadas por intelectuales, analistas, filósofos, de Occidente y además se convirtieron en corrientes de pensamiento en la etapa colonial influenciadas por el cristianismo occidental (Ibid: 145). “El orientalismo esencial ha resultado en estereotipos sobre el Occidente así como el Oriente”, dice King (1999: 3)

El propone la importancia de la “conciencia sobre las imbricaciones mutuas entre religión, cultura y poder como categorías” (Ibid: 1), en el sentido de que la “religión y la cultura son el campo en donde el poder opera” (Ibid: 1). Esas corrientes de pensamiento, dice King, caracterizaron al hinduismo y al budismo como místicas y de esa forma las mantuvieron fuera de las discusiones formales de la filosofía (Ibid: 28)

Sin embargo, afirma Charles Hallisey también que esas construcciones de occidente sobre oriente tienen que ver con un proceso “de mimesis intercultural” (cit. en King, 1999: 148) como un “intercambio cultural que ocurren entre nativos y orientalistas en la construcción del conocimiento occidental sobre el oriente” (Hallisey en King, 1999: 148).

Por tanto también se debe tomar en cuenta el proceso de construcción desde las religiones y culturas orientales, como por ejemplo la “ideología nacional que subyace en las construcciones modernas de Japón sobre el zen” (King, 1999: 158)

La práctica de yoga, a nivel académico ha recibido poca atención (Strauss, 2005: 2), pero estudios recientes se han enfocado en cómo las ideas sobre el yoga han llegado desde oriente y se han transformado en occidente. Sarah Strauss, en su libro *Reorienting Yoga*, muestra cómo las ideas y prácticas de yoga, especialmente de Swami Sivananda de Rishikesh <sup>4</sup> “se han movido desde la India a cualquier lado del mundo y en reversa” (Ibid: 2). Strauss explica “cómo en el último siglo la práctica de yoga se ha transformado de una actividad religiosa, regional y orientada a los hombres, a un fenómeno ampliamente secular y globalizado” (Ibid: 2). Pero también como esa globalización ha cambiado las prácticas de yoga en la India.

En ese sentido, ella afirma que el yoga “ha emergido como una estrategia transnacionalmente relevante que significa trascender a la dicotomías empezando con la de Oriente-Occidente y espiritualidad-materialismo, y extendiéndose al cuerpo y al planeta” (Ibid: 139).

La autora concluye que el yoga ha permitido a los individuos occidentales librarse de esas dicotomías, pues el yoga plantea la superación de las mismas, mientras que en la India, ha permitido el empoderamiento de quienes lo practican, a través de un proceso de unificación de la identidad (Ibid: 138). En ese sentido, explica que en esa búsqueda y práctica para superar las dicotomías, “los practicantes de clase media de yoga buscan un modelo global relevante para vivir una buena vida” (Ibid: 138).

### **-Metodología:**

El estudio se realizó de manera concreta en la Gran Fraternidad Universal (GFU), con sede en Quito, donde varios grupos, a distintos horarios practican *hatha* yoga.

La GFU (legalizada en México en 1972 y en Ecuador en 1973) es una organización sin fines de lucro que no solo busca la práctica de yoga como una disciplina física, sino que la considera como el camino para que el ser humano tenga una conciencia más amplia de su vida.

---

<sup>4</sup> Svāmī Śivānanda (1887-1963) fue un maestro espiritual, yogui y gurú hindú, y fundador de la Divine Life Society (sociedad de vida divina), (<http://www.dlshq.org>). Se lo conoce como uno de los pioneros en llevar el yoga a Occidente.

En este sentido, no se trata de una investigación de los centros donde solamente se practica yoga como una disciplina más de *fitness*<sup>5</sup>, sino que también incluye un aspecto de espiritualidad, ya que dentro de la GFU se promueve dentro de sus practicantes el seguir ciertos preceptos, que tienen más que ver con una práctica religiosa.

Por un lado están las clases que se dictan en la misma sede de la Fraternidad, ubicada en las calles Cordero y Amazonas y por otro del Centro Bienestar, cuyos dueños forman parte de la Fraternidad.

La red GFU, como dice su propio enunciado:

es una institución no gubernamental que pretende mejorar la condición humana en todas sus dimensiones y promover la integración de las personas y los pueblos desde el respeto a la pluralidad, promoviendo la dignidad humana por encima de cualquier diferencia. Es un recipiente abierto a toda aportación creativa que redunde en una mejor conciencia del ser humano, del entorno que habitamos y del planeta. ([www.redgfu.org](http://www.redgfu.org)).

Por otro lado, se investigó en el grupo de meditación zen, ligado al Centro de Desarrollo Integral (CDI), dirigido por la sicóloga Vera Schiller de Khon y al grupo llamado "Sangha zen" que nació de practicantes con el CDI.

El primer grupo, medita bajo la dirección en general de Vera de Khon dos días a la semana en su propio domicilio, ubicado en la calle Leonidas Plaza y 12 de Octubre. El segundo grupo lo hace a una cuadra de allí, en el centro dirigido por la sicóloga Martha Macías.

Desde hace cuatro años mantengo una relación con el grupo de *hatha* yoga y desde hace un año con el grupo de meditación zen por mi interés personal por practicar estas dos ramas de las religiones orientales.

Esta cercanía a nivel personal con los dos grupos de estudio, me permitió conocer y comprender no solo de manera intelectual sino también con el "cuerpo como herramienta de investigación", (Wacquant: 2004:16).

---

<sup>5</sup> *Fitness* : salud, estado físico (Larousse: 1990). Según el diario El Comercio en su edición digital, el 'fitness' se ha puesto de moda en todo el mundo. Este término se refiere a las actividades físicas que las personas realizan para mantenerse en buena condición, acompañada de una alimentación sana. Entre las acciones consideradas como 'fitness' están los aeróbicos, pilates, 'tae bo', 'spining', 'aerodance', 'steps', etc. A esta lista se suman el 'strip dance' y el 'pole dance',. ([http://www.elcomercio.com/solo\\_texto\\_search.asp?id\\_noticia=78078&anio=2007&mes=6&dia=26](http://www.elcomercio.com/solo_texto_search.asp?id_noticia=78078&anio=2007&mes=6&dia=26))

Y esto porque, como dice Strauss (2005) en su estudio sobre el yoga, “para los practicantes de yoga los beneficios que han obtenido de la práctica solamente pueden ser completamente entendidos por alguien que comparte esas prácticas” (Ibid: 10).

¿Por qué trabajar con un grupo de zen y otro de yoga? Primero porque desde un primer acercamiento, quienes practican o están relacionados con religiones orientales, suelen estar ligados a varias experiencias al mismo tiempo. Pero también porque de manera personal así ha sido mi propia trayectoria en la búsqueda espiritual: empecé con la práctica de yoga por una cuestión de salud y luego conocí la meditación zen.

No se trata de un estudio comparativo, más bien se busca conocer las experiencias de quienes practican el zen y el yoga para comprender cómo esa práctica está ligada a una construcción o sentido de clase.

En ese sentido, esta metodología se acerca a la técnica utilizada por Kenny (2000) en su estudio de las niñas de clase media del suburbio de Shoreham, New York. La investigación está realizada a partir de una “etnografía autobiográfica” (Kenny, 2000:1), o una “autoetnografía” (Kenny, 2000:1), que busca develar la verdad de un grupo social que ha sido “intencionalmente dado por hecho” (Ibid:2). Como el estudio de Kenny, esta investigación busca un equilibrio entre las experiencias personales en la práctica del yoga y del zen y la narración de las experiencias, representaciones de quienes practican estas dos técnicas.

Pero para el uso de esta herramienta se tomó en cuenta no caer en la autoetnografía como una “metodología autoindulgente, narcisista” (Etherington: 141). Se trató, de tomar en cuenta la “posición” en que se encuentra el investigador tanto en su contexto cultural en el que trabaja como las redes de relaciones y de poder que los inscriben como experto y como comentarista oficial sobre eventos culturales (King, 1999: 211). Es decir tomar en cuenta la posición de mí misma como investigadora, en especial las propias creencias religiosas, los preconceptos sobre el tema de clase que atraviesan el proceso de observación y traducción.

La observación participante es el complemento de la autoetnografía para comprender mejor el contexto socio-cultural y el escenario, los espacios donde se desarrollan las interacciones de los grupos. Incluye por tanto, la participación en las prácticas de meditación y de yoga, pero también en el resto de actividades paralelas a ellas, como retiros, encuentros, charlas, talleres.

Esa información se complementó con entrevistas a profundidad, de tipo no estructuradas, a los practicantes en el grupo de yoga y en el de zen, tanto a quienes llevan poco tiempo como a quienes están varios años. También a quienes dirigen o se encargan de los grupos, porque en general son quienes han iniciado estas prácticas en Quito y han sido los imanes para que otras personas se unan. Se entrevistó por un lado a los líderes y por otro a sus seguidores.

También se revisaron los textos que circulan entre los practicantes de yoga y zen que son utilizados con el fin de profundizar en el conocimiento de las filosofías, también el material utilizado para difundir las actividades y documentos elaborados específicamente por las instituciones que soportan a estos grupos para conocer los discursos que se manejan.

El primer capítulo se trata de una revisión de los textos de historia del Ecuador, con un enfoque de economía política, en los que existen menciones a la clase media como grupo social. Al final se incluye una discusión teórica sobre el concepto de clase que culmina con la adopción de una definición de clase y de clase media para esta investigación.

El segundo capítulo incluye una descripción densa de las prácticas de yoga y de meditación, además de un detalle de los conceptos y sustentos filosóficos de estas disciplinas y de dónde y cómo surgieron esos grupos en Quito y cómo están ligados a otros grupos a nivel mundial. Además de un análisis desde la perspectiva de la religión y espiritualidad.

El tercer capítulo tiene que ver con la descripción de los sujetos que practican el yoga y el zen, por qué lo hacen, cómo empezaron la práctica, qué hacen en su vida cotidiana para de esa forma comprender las rutinas de la clase media a través de sus prácticas, indagar en sus historias personales. También incluye una parte autoetnográfica sobre el encuentro personal con estas prácticas espirituales. Es una descripción en detalle de mi recorrido como miembro de la clase media desde mi historia personal y la de mi familia, que creo que está ligada, con el tercer capítulo, de la economía política de la clase media. Luego incluye detalles de cómo llegué a estas dos prácticas, las sensaciones, las preocupaciones, las preguntas, los cuestionamientos.

Al final se retoman las preguntas centrales de investigación para las conclusiones.

## **I. Clase media: historia y teoría**

### **1. Historia:**

Para esta investigación es necesario realizar un recorrido histórico de la clase media del Ecuador. En general el tema de la clase media se ha analizado como parte de las investigaciones de economía política, de recuentos generales de la historia del país, pero poco se ha tratado sobre este grupo social de manera específica, sobre sus prácticas, sus intereses, su vida cotidiana.

El sociólogo ecuatoriano, Agustín Cueva, en sus libros *Entre la Ira y la Esperanza* (1967) y *El Proceso de Dominación Política del Ecuador* (1997), deliberadamente resaltó el surgimiento de la clase media y basó su análisis histórico en textos de Alfredo Pareja (*Historia del Ecuador*, 1958), de Angel F. Rojas (*La novela Ecuatoriana*, 1948) y Oscar Efrén Reyes (*Breve Historia del Ecuador*, 1960).

Este recorrido sobre la historicidad de la clase media se realizará tomando en cuenta los modelos aplicados por los historiadores, escritores, articulistas, investigadores para el análisis. Es decir, tomar en cuenta las raíces epistemológicas de los estudios. Esto con el fin de no ver como la única verdad sobre la clase media a estos escritos sino analizarlos y utilizar sus informaciones, pero con el conocimiento de las raíces filosóficas de sus análisis.

Siguiendo la línea de análisis de Wacquant (1985), los estudios en el Ecuador en los que se pueden encontrar referencias sobre la clase media, se basan en la aplicación del modelo de “base-superestructura”, de la sociología de Marx. (Wacquant ,1985: 22)

Wacquant señala que el modelo que Marx utilizó especialmente en el libro *El Capital*, se refiere a la base como las fuerzas de producción (determinismo tecnológico) o al modo de producción (determinismo económico) y a la superestructura como compuesta por las instituciones políticas, legales y culturales (estado, cortes, burocracia, partidos, moral, ciencia, etc). “Como la superestructura descansa en sus cimientos y no viceversa, la implicación es que la base determina la superestructura”. (Ibid: 21)

Esa aplicación del modelo de base-superestructura, como una “caracterización fundamentalista” refleja, dice Wacquant, un “socialismo científico como fue explicado por los teóricos de la social democracia alemana entre 1875 y 1914” y que “conservó

una posición dominante en el campo de los estudios marxistas entre de la primera mitad del siglo veinte” (Ibid: 21).

Wacquant hace una advertencia al uso de los modelos de Marx: “el retrato no debe ser confundido con el objeto mismo; muchas malinterpretaciones de Marx tienen sus raíces en la confusión de los modelos con la realidad que ellos *simbólicamente representan*” (Ibid: 19).

Así, Wacquant explica que sobre la teoría de clases de Marx, que ha sido criticada por ser “inconsistente”, el propio autor, en cada libro que escribió, detalló la existencia de tres, cinco, siete y hasta ocho clases sociales. Pero en general, la división que más ampliamente ha sido aplicada a otras realidades sociales en el mundo ha sido la división que Marx hace en El Capital donde analiza la estructura de clases de la sociedad capitalista: “tres clases caracterizan a la sociedad capitalista en el comienzo, pero sus dinámicas internas llevan a la sumisión de la tierra sobre el capital y, en el largo tiempo, prometen dejar solo dos clases, la capitalista y el proletariado” (Ibid: 36).

Este análisis de Marx en El Capital, “se basa en la premisa del modelo base-superestructura y su enfoque es el movimiento de largo tiempo de un tipo estructural abstraído de un contexto concreto histórico-social, especialmente de los siglos 18 y 19 de Inglaterra” y el “objeto bajo estudio es las implicaciones de clase de los trabajos de un modo de producción”. (Ibid: 37)

Los análisis históricos del Ecuador se expresan bajo esta premisa de base-superestructura, es decir de la existencia de una clase capitalista-burguesa y el proletariado. Los estudios siempre se basan en la existencia o no, antes y después de la independencia del Ecuador de España, de un sistema capitalista, donde existen principalmente dos clases antagónicas que participan en el proceso de producción: los dueños de los medios de producción y quienes no son dueños.

Con estas explicaciones previas y tomando en cuenta los análisis históricos de diferentes autores, podemos observar varias etapas claves para comprender cómo emergió la clase media en el Ecuador desde la época colonial, pasando a la independencia y la revolución liberal, la revolución juliana, el boom petrolero, la crisis de los años 80 y la última etapa desde 1999, marcada, según los autores por “el neoliberalismo”.

-Momentos importantes para la clase media:

Colonia: mestizaje

1895: revolución liberal

1925: revolución juliana

1965-1970's: boom petrolero

1980: crisis economía

1990: "neoliberalismo"-migración

### **-Epoca colonial**

Iniciamos en la época colonial porque varios autores vinculan a la clase media con el mestizo, con el proceso de mestizaje luego de la colonización.

Cueva (1967) afirma, en sus ensayos sobre la cultura nacional, que en la colonia ya se pueden ver ciertas características del mestizo, como parte de un grupo intermedio entre el indio y el español ó sus descendientes directos. El mestizo, dice el autor, empezó a distinguirse por su "arribismo" al entrar en la carrera del sacerdocio como única forma para una posible "salvación" y al expresarse literariamente en una actitud de "alienación" ante la cultura del colonizador español.

Antes, al mestizo no le quedaba más remedio que buscar su "salvación" individual abrazando al sacerdocio: y el cultivo de las letras formaba parte de la actividad sacerdotal. Pese a la prohibición inicial de ordenar mestizos, la carencia de elemento blanco hizo que en más de una vez se pasara por encima de tal disposición. (...) Arribismo, pues, como aguijón de la actividad sacerdotal-intelectual, que llevaba al mestizo a incorporarse en la maquinaria colonizadora, a aceptar sin matices siquiera los valores que la clase alta le imponía y, más aún, a coadyuvar activamente a su difusión,

renunciando de antemano a toda originalidad cultural que había podido venirle de su originalidad étnica” (1967: 25-26)

Por tanto ese mestizo, que luego formaría parte de la clase media, inició su vida como grupo social en el Ecuador con ese estigma de la “alienación” ante una cultura externa a la suya. Tal vez lo hizo como una estrategia para sobrevivir, pero eso dejó rasgos en su forma de actuar, de en ciertas circunstancias ajustarse a los requerimientos de otras clases sociales, que se expresaría más adelante en la historia, como se verá más adelante.

Pero este rasgo de alienación también lo une al indio: pues también él se había alienado a la cultura colonizadora. En ese sentido Cueva afirma que “si algo refleja el arte colonial del medio en que se produjo, no es otra cosa que una total alienación: técnica cromática, temas, todo nos remite a una situación existencial poblada de manos indias y mestizas produciendo dioses blancos con todos los detalles blancos exigidos por el blanco colonizador” (Cueva, 1967: 34)

Sin embargo, ya se observa cómo el mestizo estuvo desde la colonia ligado a la actividad intelectual y no manual, una de las características que puede diferenciar a este grupo de los indios, que según la matriz base-superestructura, solo tenían su trabajo manual como herramienta.

Solo hasta casi finalizada la colonia, el apareamiento de Eugenio Espejo (1747-1795) marca un cambio de eje: un mestizo empieza a escribir en contra del régimen colonial. Es decir, ocurre un cambio, “un desplazamiento concienical del plano mítico al plano crítico” (Ibid: 34), donde ya no se busca “divertir, sino combatir” (Ibid: 35)

Pero lo hace porque de alguna forma sus intereses, según Cueva, concuerdan con los de los criollos que ya empezaron a buscar la independencia.

Espejo libra, pues, el primer combate contra la cultura colonial, que coincide con la entrada de una nueva clase en la arena literaria. Esto no solo porque el fuera totalmente mestizo, sino y sobre todo porque nunca antes se había escrito en el Ecuador contra el grupo detentador del poder político. Criollos, a veces hasta mestizos, los escritores que los precedieron no habían producido para provecho de su propio grupo social; pero Espejo sí lo hace, en la medida en que los intereses del mestizo coinciden con los del criollo, al menos de manera parcial (Ibid: 36).

## **-Mestizaje:**

El tema del mestizaje atraviesa toda discusión sobre la clase media en el Ecuador, por ello es necesario realizar una revisión en ese sentido. El sociólogo Angel Modesto Paredes (1949), afirma, que desde una caracterización racial de la clase media, es necesario diferenciar a tres grupos durante la colonia: la del indio, la del mestizo “llamado también “cholo” entre nosotros, que además incorpora a diario en su seno, contingentes de las clases superior e inferior” (Paredes, 1949: 8) y la de los descendientes de los criollos españoles.

Modesto Paredes llama a los mestizos “grupo étnico” y afirma, para el año en que escribió el artículo, que la configuración de la “psicología del mestizo” es un “proceso que aún no se halla terminado”, por lo que en el artículo señala “los signos externos de su conducta” y su “sus pasadas formas constitucionales”. (Ibid: 10)

El mestizo, afirma Modesto Paredes, sufre por tener por un lado sangre india, a la cual rechaza y por otro sangre española, que no le es suficiente para ser reconocido como tal en la sociedad. “La verdadera creación de la conquista española en América fue la del “cholo”. Mestizo de raza blanca e india, lleva en sí, en potencia, los atributos de sus progenitores. Pero, en conformidad con las rigurosas leyes biológicas del cruzamiento, el mestizaje original viene perturbado por el caudal hereditario disímil” (Ibid: 10)

Esa herencia generó en el hijo concebido entre castellano y el aborigen sentimientos contrarios: “se enorgullecía de su ascendencia paterna, despreciaba y se sentía humillado por el contingente indio que intervino en su nacimiento” (Ibid: 11) . Esto llevó a la “diaria tolerancia y sumiso sometimiento al español; con raros y violentos estallidos de odio y reivindicación contra sus amos, que eran a la vez sus ascendientes. Junto a la más intolerante y agresiva conducta para el indígena” (Ibid: 11).

De allí que Modesto Paredes expresa que el mestizo tiene “una desesperada ambición de ascender a las mejores categorías sociales, por sucesivos enlaces que purificarán su sangre” (Ibid: 11).

El mestizo además se distingue del indio porque fue llevado a trabajar donde “debió agruparse en gremios y cofradías y trabajar para comodidad del castellano” (Ibid: 11).

Al final de la época colonial, existían “una alta categoría de criollos-de ascendencia indígena lejana y perdida en la memoria- y militares de fortuna; una clase media de

mestizos, con una graduación muy extensa de condiciones; y la servidumbre de la gleba, en el indio” (Ibid: 12).

Dentro de esa “graduación”, muestra que en mestizaje hay varias categorías: mestizaje inferior, medio y superior. En el estrato inferior, las personas se dedican a trabajos “manuales, del taller o de la fábrica”, es decir, “está representado por el trabajador autónomo, el maestro de obra a artesano”, pero tiene “una condición económica miserable... puede decirse que paga su independencia a costa de una extrema pobreza”, (Ibid: 13).

La clase media mestiza, dice el autor:

(...) se halla constituida por el comercio, la administración pública y las profesiones liberales”, [además destaca que en la vida cotidiana] “la higiene y comodidad de la vivienda son mucho mayores, creciendo en amplitud y ornato sus departamentos. El minimum, para un matrimonio sin hijos, se conceptúa: una sala de recibo, un dormitorio, comedor, cocina y, de ordinario, un baño” [Además destaca que] “la alimentación mejora, aun cuando no es lo nutritiva que será de desearse” y “la vida social es poco intensa y variada; y sus ocios, sin empleo vuelve la existencia muy propensa al aburrimiento”. [En cuanto al trabajo, esta categoría] “no es exclusivamente manual, sino manual e intelectual, o puramente intelectual (Ibid: 14).

Aunque para Modesto Paredes el mestizaje es una realidad, Agustín Cueva pone en duda esa afirmación y en su libro *De la ira a la Esperanza* (1967), con una dura crítica a la sociedad ecuatoriana, asegura que el mestizaje es más bien un proceso aún no culminado y que la denominada “cultura nacional” es en realidad una cultura “inauténtica”. Y de manera especial la clase media adolece, más que las clases bajas y altas, de esa falta de una cultura propia, más allá de la que viene dada del supuesto mestizaje.

Agustín Cueva (Cueva, 1967: 132), concuerda que la “cultura nacional” es mestiza porque cuenta “con elementos vernáculos y extranjeros”. Pero asegura que es una “cultura ambigua” (Ibid: 134), y por tanto “no es firmemente mestiza en cuanto no ha logrado un verdadero y sólido sincretismo, capaz de definirla como entidad original y robusta” (Ibid: 135), “Es la coyuntura del momento en que dos culturas se neutralizan, se destruyen sin conseguir todavía dar a luz una nueva, que algo signifique más allá de la negación” (Ibid: 137),

En ese sentido, Cueva pone en duda la afirmación del mestizaje cultural y dice que “es más bien una meta a la cual tenemos que llegar, antes que un hecho cierto y bien configurado ya” (Ibid: 144) y “una virtualidad, basada en el mestizaje étnico y no una realidad” (Ibid: 163)

Para que sea una realidad el mestizaje, dice Cueva, es necesario que la sociedad “tome conciencia de nuestro verdadero ser”, “que el hombre tome conciencia de su situación real y actúa en consecuencia” y para ello se requiere una “revolución”, en “el cambio en las viciadas relaciones sociales imperantes” (Ibid: 163). En ese sentido se explica la afirmación de que quienes pertenecen a la clase media “parece que no tuvieron tiempo de mirarse a sí mismos” (Ibid: 158)

Dentro de la categoría de “mestizo”, Cueva, habla por un lado de “los sectores más pobres de la población” que vive todavía en los pueblos, luego del “mestizo pobre de una gran ciudad”, que sería un “campesino llegado a la urbe o hijo de campesinos” (Ibid: 136-137) luego las “clases populares arraigadas ya en la ciudad” y también las “clases medias” o “mediana burguesía”, “que aún en sus estratos más altos carece de personalidad cultural” y la “burguesía” misma (Ibid: 144).

Según el análisis de Cueva, la clase media se vio especialmente golpeada en la construcción de su identidad por esa categoría del mestizaje pues afirma:

(...) la mediana burguesía... no tiene ninguna tradición y por eso venía definiéndose (hablo en pasado) más bien en torno a la negación de ciertos valores de la aristocracia. En algún momento trató, mejor dicho trataron sus hombres más lúcidos, advirtiendo el vacío cultural de la clase a la que pertenecían, de colmarlo rescatando lo que quedaba de las civilizaciones aborígenes” (Ibid: 146)

Cueva (1967) afirma, al analizar la construcción del barrio La Mariscal como centro de la clase media: “nada era, ni europea, ni indígena, ni mestiza, en el momento de levantar su morada la mediana burguesía mostró su subjetividad vacilante, vacía” (Cueva, 1967: 147)

Así asegura que el principal problema de la clase media es su “inautenticidad” y “no ha sido capaz de encontrarse a sí mismo y, a través de él los hontanares de nuestro ser” (Ibid: 148-149)

Cueva afirma que la clase media:

(...) debería ser el continente por excelencia de la cultura mestiza”, [pero asegura que, para 1967], “a pesar de que la clase media tiene tres cuartos de siglo de participación

activa en la vida política y cultural del país y constituir algo así como la cuarta parte de la población nacional, sus intelectuales no hayan reflexionado aún, profunda, serenamente sobre la realidad socio-cultural de dicha clase (Ibid: 149).

Esa “inautenticidad” la explica Cueva así:

Y la clase media, atrapada entre las dos (clase baja y alta), desgarrada en la encrucijada de la vocación popular inspirada por el recuerdo todavía fresco del ancestro humilde (que motiva compasión pero también deseo de ocultarlo, creando un estado de ánimo no menos propio a la insurgencia que al acto judásico), y la tentación aristocratizante heredada del progenitor hispano, con los dos cabos de su estratificación rozando los de las clases extremas...la clase media se las arregla instalándose en una acrobática situación de inautenticidad (Ibid: 154)

Además afirma que la clase media, por ese motivo, “no ha podido crear aun una escala de valores propios y ha vivido supeditada a los de la clase alta, alimentándose de mitos que no son suyos” (Ibid: 158)

Y concluye, desde su punto de vista marxista, que la actitud de la clase media “ha estado determinada más bien por la coyuntura socio-económica que por la estructura misma” (Ibid: 154)

Esa falta de autenticidad de la que habla Cueva se puede expresar en una crisis de identidad o como una expresión del “conflicto étnico” como la denomina Milton Luna (2007a), “por su oposición, distinción o diferenciación de lo blanco y de lo indio” (Luna, 2007a: 39). En ese intento de diferenciarse, Luna anota la categoría de “mestizo” como “una construcción histórica que atraviesa fuertes problemas de representatividad para la clase media, porque remitiría desde una imagen vergonzante hasta otra orgullosa, digna sí de convertirse en productora de identidad” (Ibid: 40)

En ese sentido, apunta que existen varias imágenes de lo que es ser mestizo: la primera una dada por una visión blanca, tradicional, de larga duración y de raíces coloniales, en la que lo mestizo sería la expresión social más cercana al indio y por lo tanto es una imagen vergonzante, la segunda una visión india del mestizo, difundida más en el campo, sería la del explotador, abusivo e intermediario del banco y la tercera producida por algunos líderes de la propia clase media y difundida desde la revolución liberal, “que entiende a lo mestizo como una síntesis histórica (fusión de las razas), base de la ecuatorianidad y portadora de la nacionalidad”. (Ibid: 40-41)

Así, Luna apunta también a que estas tres diferentes imágenes de lo mestizo generaron “sentimientos de angustia y de vacío en no pocos intelectuales de la clase media; angustia de no saber quién se es como clase, como “nueva raza”, como pueblo, angustia de falta de identidad” (Ibid: 41)

Además, dentro de ese conflicto, se debe sumar, dice Luna, “las consecuencias del crecimiento de las ciudades”, como el conflicto entre “lo rural y lo urbano” y de donde nace, dentro de la clase media, la figura de “el chagra” “que es el migrante blanco pueblerino, que se incorpora a las ciudades en busca primordialmente de educación y trabajo” (Ibid: 41)

La identidad, dice Luna, “no solo se produce por el establecimiento de diferencias con el “otro” o con los “otros” sino también por el reconocimiento y respeto por parte del poder, del “otro” (Ibid: 41).

En ese sentido sobre el crecimiento de las ciudades y la relación con los “otros”, Eduardo Kingman (2006) detalla desde un estudio de las relaciones de poder en el espacio social de Quito entre 1860 y 1940, durante el tránsito a la “primera modernidad”, “en qué medida los cambios en la morfología urbana (expansión y diversificación de la ciudad) fueron expresión de cambios, muchas veces imperceptibles, en las relaciones entre clases” (Ibid: 339). De allí que anota en lo que denomina el tránsito de la “ciudad señorial” a la primera modernidad, que la “cultura aristocrática siguió marcando la vida de la urbe por mucho tiempo más, con la primera modernidad entraron en juego otros elementos sociales con patrones de funcionamiento relativamente distintos” (Ibid: 339).

Dentro de esa reflexión del ingreso a la modernidad, anota que “la propia modernidad fue asumida como un recurso de ascenso al interior de un orden jerárquico, en el cual los bienes materiales sirvieron, sobre todo, la acumulación de capital simbólico”. (Ibid: 339).

Por tanto, muestra en detalle, desde los cambios en la organización urbana de la ciudad, los criterios de diferenciación, de distinción entre las clases. Así: “las innovaciones arquitectónicas coincidieron con un momento en el que comenzaron a tomar fuerza los criterios de “distinción”, cuando las “élites aristocráticas y los sectores burgueses en ascenso, dependientes de ellas, se mostraban poco dispuestos a compartir sus espacios con otros sectores sociales, ya fueran clases obreras y artesanas o las capas medias,

cuyos miembros eran permanentemente ubicados-en un verdadero delirio clasificatorio- entre los “cholos” o las “ramas torcidas” de los Gangotena, los Matheus o los Jijón” (Ibid: 206).

En ese sentido, Kingman, anota que en los Andes:

(...) las clases están atravesadas por relaciones y mentalidad que provienen del pasado o porque los ritmos a partir de los cuales se desarrollan los procesos constitutivos de las clases son mucho más lentos y graduales que en aquellos países en los que tuvo lugar una revolución industrial. Existe, además, un cruce de distintas temporalidades históricas, “presencias recesivas del pasado” y “modernidades alternativas” (Ibid: 342-343).

### **-Revolución liberal**

Con la revolución liberal aparecen las clases medias de manera más clara en los textos sobre la historia del Ecuador. Los registros anteriores entre la independencia y la revolución liberal muestran que en la medida en que las actividades económicas tanto en la costa como en la sierra se fueron ampliando y diversificando, las principales urbes, que empezaron a fundarse, concentraron a la población tanto de estratos más bajos como medios. En general, las capas medias, se ubicaron, al igual que se observó desde la época colonial, en el trabajo no manual, más bien intelectual, ligado a las entidades estatales o al comercio menor.

Pero, como dice Cueva, las capas medias hasta la revolución liberal “por sí mismos muy poco habían pesado en la vida nacional” (Ibid: 21). Los más de sesenta años transcurridos entre la independencia y la revolución liberal de 1895, aunque no significaron profundos cambios en la sociedad ecuatoriana, “por lo menos consiguieron abrir profundas brechas en la sociedad tradicional” (Ibid: 17).

La independencia “no fue producto de una auténtica revolución popular, sino tan sólo de una exitosa insurrección de los marqueses criollos contra la Corona”. Pero “puede considerarse dicha emancipación política como el punto de partida de ciertas transformaciones ocurridas durante las primeras décadas de nuestra vida republicana” (Ibid: 17).

Desde el análisis del desarrollo económico, el país, luego de la independencia, entró en un proceso de “expansión económica” con la producción en la costa y en la sierra de

productos como el caucho, luego el cacao, que implicó, “nuevas relaciones de producción” y hasta “los primeros asomos de industrialización” (Ibid: 18), con la presencia de las maquinarias como piladoras para el arroz en la costa y las industrias ligadas a los ingenios azucareros en el país.

Ese proceso, según Cueva contribuyó:

(...) al rápido resquebrajamiento de la estructura social heredada de la Colonia, gracias a la conformación de una nueva clase dominante de un embrión de pequeña burguesía “moderna” y de sectores populares cuya situación ya no se institucionalizaría bajo la férula eclesiástica...sino en un marco de relaciones de producción típicamente capitalista. (...) En otros términos en nuestra sociedad se produjo el clásico problema de la desigualdad de desarrollo entre los niveles económico, político e ideológico” (Ibid: 20)

Así, en ese marco, llegó la sociedad ecuatoriana a la revolución liberal de 1895, que empezó desde el primer alzamiento de Eloy Alfaro en 1864, y que significó un momento clave para el surgimiento en el ámbito político, pero también en la consolidación a nivel social, de las capas medias. Pero además sirvió como punto de quiebre para el paso del Ecuador hacia la modernidad, aunque no significó un cambio profundo en el sentido de las revoluciones imaginadas por el modelo marxista.

La revolución liberal, se dio como el “clímax” (Ibid: 21) de la lucha entre las clases dominantes de las regiones de la costa y de la sierra que se habían disputado el control del estado. Por un lado, dice Cueva, en la costa existía un modelo de agricultura de exportación que ya había empezado a implantar un modelo de producción capitalista, en la sierra todavía existía un sistema semi-feudal cuyos dirigentes, los terratenientes, mantenían el control del estado con una postura política más bien conservadora, ligada todavía a la iglesia. (Ibid: 20)

Tal lucha (entre dirigentes de costa y sierra), que alcanzó su clímax en el último decenio del siglo pasado, tuvo su primer desenlace con la revolución liberal de 1895, la cual, pese a no haber transformado sustancialmente la infraestructura económica del Ecuador, constituye un verdadero hito histórico en la medida en que, al transferir el control del Estado a la burguesía agroexportadora, modificó significativamente las relaciones de poder (Ibid: 21)

En ese sentido, aplicando el modelo base-superestructura marxista, Cueva afirma que la revolución de 1895, fue un intento para cambiar la superestructura en el país, pero no se logró aún menos que el cambio de la base económica.

La revolución del 95, dice Cueva fue:

(...) un primer ensayo de democratización de la superestructura”, aunque “incompleto y hasta frustrado si se lo juzga a la luz de los proyectos más radicales, aceleró en vastos sectores sociales la toma de conciencia de ciertos derechos y los inculcó nuevas aspiraciones, contribuyendo de ese modo a la formación de un clima tanto más tenso cuanto que dicha democratización no estuvo acompañada de una transformación profunda de la estructura económica (Ibid: 21-22),

Sin embargo, Milton Luna afirma lo contrario, que “la transformación liberal se dio en la superestructura, con la introducción de valores laicos en el país y con la secularización de la sociedad y del Estado”. (Ibid: 33). Así se dio la revolución liberal en la que, según Ayala Mora, no solo se vieron beneficiados el latifundismo costeño, sino también:

(...) las capas medias y también al campesinado del litoral y el artesano urbano. (...) El liberalismo fue el vehículo y la expresión política de la burguesía ecuatoriana. Y el Estado laico instaurado con la revolución fue el producto de transformaciones y reformas impulsadas por la burguesía que, en conjunto, representan un momento crucial en la constitución del Estado Nacional en el Ecuador” (Ibid: 138)

Ayala Mora, ya observa para esa época la existencia de una burguesía, como una clase ligada a la ciudad, y por tanto con un carácter “intermediario” (Ibid: 139), pero al mismo tiempo ligada a los “grupos dominantes”. Por tanto, para Ayala Mora, existen, por un lado la burguesía, por otro lado a un proletariado, pero también unas “capas medias”, aunque en el texto no queda clara esta división. Explica que esa burguesía a la que Alfaro representaba no “estaba dispuesta a la revolución radical” (Ibid: 138)

Pero al mismo tiempo, la revolución liberal implicó, con la aplicación de los cambios más conocidos de este período como la división del estado de la iglesia, la educación laica, entre otros, un crecimiento de la clase media.

Cueva afirma que: “al quebrar el predominio político de los conservadores y el clero e implantar la educación laica, gratuita y teóricamente universal, forjó un contexto favorable para el desarrollo de ciertos grupos medios, que hasta entonces y por sí mismos muy poco habían pesado en la vida nacional” (Cueva, 1997: 21) y cita a

Alfredo Pareja para explicar este punto: “cuando el mestizo es algo más que peón, artesano, empleado subalterno o soldado, cumplida la transformación de 1895, empieza a ser personaje de historia” (cit. en Cueva, 1997: 21)

Una de las preocupaciones centrales del liberalismo fue el tema de la educación, “el establecimiento de un sistema educativo oficial y “laico” (Ayala Mora 1996: 147). Dentro de ese esquema,

(...) en una década, los centros oficiales de educación fueron arrebatados a la Iglesia. Se fundaron, además, varios, en todos los niveles educativos. El contenido de la nueva educación era fuertemente anticlerical e influenciado por las nuevas corrientes positivas en boga”. Además “la enseñanza universitaria fue definitivamente secularizada y se suprimieron los estudios teológicos (Ibid: 147).

De allí surgió con más fuerza una clase media, influenciada por “una ideología secular no dogmática de caracteres democráticos” que se impuso desde la época liberal (Ibid: 148).

Pero también la revolución liberal, al separar al estado de la iglesia implicó,

(...) un incremento muy significativo del servicio público. En especial ciertas áreas como el ministerio del Interior, la administración provincial y el Ministerio de Hacienda, con sus ramificaciones crecieron de forma acelerada. El número de burócratas en esas ramas se incrementó en una proporción de uno a seis (Ibid: 147).

Aquí ya podemos observar las primeras raíces de esa clase media también ligada al servicio público, en un proceso de consolidación que los autores lo vinculan a los años 20 y 30 con la revolución juliana, como se revisará más adelante.

### **-Revolución juliana (1925)**

Tras la revolución liberal, el Ecuador entró en una crisis política, económica y social que llevó a la revolución Juliana de 1925, en la que sus principales actores fueron los militares de clase media, quienes buscaron responder, de alguna manera a los problemas generados por la crisis, especialmente el desempleo que golpeó a los sectores medios y a la clase obrera o al denominado pueblo llano.

Los sueños de la revolución liberal se vieron frustrados:

(...) el siglo XX se inició, pues, en el Ecuador, con fulgores que parecían aclarar el horizonte con una luz revolucionaria; mas tales destellos no tardaron en desaparecer como simples fuegos fatuos... Los gobiernos que vinieron después (de la muerte de

Alfaro), durante el período llamado plutocrático (1912-1925), significan la consolidación del orden liberal-burgués y la decadencia total de la revolución (Cueva, 1997: 22).

A nivel de la base económica, el país entró en una crisis por el derrumbe de la exportación cacaotera que afectó por un lado a los exportadores y banqueros, quienes buscaron una salida en la especulación con las divisas y a los trabajadores que quedan en el desempleo lo cual generó una crisis de desplazamientos a las principales ciudades. Además junto con la crisis mundial de la economía, el país también se vio afectado por el cierre de mercados. (Luna, 2007: 18).

Antes de la revolución juliana los autores anotan el apareamiento de un movimiento obrero, pero también el surgimiento de una clase media, “de los sectores que habían logrado acceso a la educación media y superior” (Cueva 1997: 26). Estos sectores “emergieron, como embrión social independiente, desligado de los grupos de poder y hasta en pugna con ellos. Integrado básicamente por intelectuales y profesionales, tal núcleo devino en corifeo de las ideas socialistas y el promotor de la insurgencia y protesta” (Ibid: 26).

Tras la crisis del liberalismo, emergieron los primeros grupos obreros, según Santiago Ortiz Crespo,

(...) adscritos al anarquismo y a la radicalización de los sectores medios”. Esto sirvió para el “surgimiento de una nueva corriente ideológica, en franca ruptura con los postulados liberales y que se fundamentó en el marxismo. Se trata de la construcción de un proyecto histórico inédito que representó al nuevo sujeto social que emerge en el país (Ortiz Crespo, 1996: 164)

Por tanto esos sectores medios, que “emergen” se adscribieron a las luchas obreras, a través de la corriente socialista y la fundación de los partidos Socialista (1926) y Comunista. “El desafío que enfrentaron los socialistas fue el incorporar las tareas democráticas no resueltas por el liberalismo-tierra, democracia e independencia- a un nuevo horizonte marcado por el socialismo y el antiimperialismo” (Ibid: 164).

Por su parte, dice el autor,

(...) el Partido Socialista intenta realizar un acercamiento original a la realidad ecuatoriana, pero sustenta su proyecto en el papel protagónico de las capas medias. El Partido Comunista, en cambio, percibe la importancia del bloque obrero-campesino,

pero no recoge lo popular, las aspiraciones de los amplios sectores medio y pobres de la ciudad y el campo”. (Ibid: 164).

Pero el proyecto de esos dos partidos de izquierda no logró concretarse, según Ortiz, porque “no lograron liberarse del todo de las influencias reformistas y doctrinarias que concurrieron a su formación, lo cual les impidió desarrollar un marxismo creativo que dé cuenta de los esenciales problemas nacionales (Ibid: 164).

En general se registró, tras la crisis, el surgimiento de una lucha generalizada del “pueblo llano” por mejoras salariales, estabilidad en el trabajo que llevó a las primeras movilizaciones y marchas tanto en Quito como en Guayaquil (Luna, 2007a: 21). Esas luchas tuvieron eco en los sectores medios que en la revolución de 1925 son los que logran poner en el estado esas reivindicaciones.

Las “apelaciones (del pueblo llano), al menos desde el 25, no se topan con resistencias mayores del Estado; al contrario, como se ha visto, se encuentran más bien con aliados y, a momentos, con promotores de su lucha” (Ibid: 27) .

Ocurren así, “unas intensas luchas y movilizaciones de los trabajadores, de la iniciativa modernizante y sensibilidad de algunos sectores de las élites y de la concreción de los esfuerzos de los sectores medios que desde la movilización y acción política y desde los puestos de dirección estatal logran que el Estado suma “lo social” como propio” (Ibid: 27).

Pero Luna defiende el hecho de que el “pueblo llano” tuvo una “genuina lucha y movilización” (Ibid: 28) y por tanto que la revolución de 1925, como lo afirma Cueva (1997), como se verá más adelante, fue solo de la clase media que se valió de los argumentos de la lucha obrera para la revolución, aunque luego el proyecto se haya desdibujado.

Tampoco es correcta la percepción contraria, que hablaría de un pueblo al que le dieron haciendo las cosas, o en otras palabras, de un Estado que se adelantó a la lucha de clases. En los treinta, y en los años anteriores, hay una importante y genuina lucha y movilización del pueblo llano que, a momentos, hace alianzas y en otros se funde con un no menos influyente movimiento de los sectores medios de la sociedad” (Luna, 2007a: 27)

Pero son los dirigentes de los sectores medios quienes “consiguen elevar las reivindicaciones particulares y gremiales al programa político en general, y son los que logran acceder, con su lucha en el terreno político, con sus conexiones sociales e incluso

con sus relaciones familiares, a niveles de decisión del Estado para hacer realidad algunos de sus proyectos partidarios” (Ibid: 28)

Y esos proyectos y reivindicaciones, de los sectores medios “especialmente de los intelectuales y militares”, tienen que ver con “mejoras económicas, de seguridad de perfeccionamiento profesional y de creación de una carrera militar” (Ibid: 28). “En otras palabras, los julianos, aparte de luchar por la “redención de los humildes”, utilizaron el movimiento para realizar sus particulares y legítimas aspiraciones” (Luna 2008: 29)

Pero Luna dice que:

(...) no se puede afirmar que los sectores medios “utilizaron” oportunistamente al pueblo llano para legitimar su lucha”, lo que ocurrió fue que “las necesidades de las clases medias se cruzaron y a momentos se confundieron con las de los sectores populares: empleo, salarios, jornada de trabajo, seguridad social, estabilidad laboral, libertad de organización, etc. (Luna, 2007a: 29)

La revolución de 1925 ocurrió porque “el orden liberal oligárquico había acumulado demasiadas contradicciones en todos los niveles como para que pudiera prolongarse por más tiempo”, así “la oficialidad progresista no tuvo mayor dificultad en derrocarlo el 9 de julio de 1925, de manera incruenta”, (Cueva, 1996a: 91)

El objetivo de los revolucionarios fue “la igualdad de todos y las protección del hombre proletario” (Ibid: 91) y según el autor fue una revolución de un grupo “pequeñoburgues”, es decir de una clase media, entre burguesía y proletariado, que buscaba encontrar una respuesta a sus necesidades, como la falta de empleo tras la crisis económica.

Era evidente que las capas medias concebían su “revolución” ante todo como un “acto de justicia” para consigo mismas, y no sólo en la esfera militar” y esto porque: “hasta entonces de la transformación juliana los empleos habían escaseado, mas ahora se “crearon cargos sin función, o con funciones subdivididas, para mucha gente. Se triplicaron o cuadruplicaron los sueldos de la alta burocracia” (Ibid:95)

Pero al mismo tiempo, al ser una revolución de los pequeños burgueses, según Cueva, impidió que estuvieran totalmente desligados de los proyectos de la burguesía. “La fuerza social que empujaba el proyecto reformista era sin duda de origen pequeño burgués, pero eso mismo le impedía manejar al estado con una perspectiva de clase totalmente autónoma y enfrentar con éxito, por sí sola, a la poderosa burguesía agromercantil de Guayaquil”, (Ibid: 93-94)

Para Cueva, la revolución, que según sus mentalizadores buscó “la igualdad de todos y la protección del hombre proletario” (Luna 2007a: 28), solo “había conseguido consolidarse como simple movimiento modernizador del estado ecuatoriano” (Ibid: 28). Así las reformas realizadas por los militares fueron la supresión de los estancos principales, se centralizaron las rentas públicas, se crearon el Banco Central y la superintendencia de Bancos, luego la Asamblea de 1929 sentó además algunos principios progresistas para la época, como el de la función social de la propiedad, y la representación de las minorías políticas, estableció el habeas corpus, y reconoció derechos para los hijos ilegítimos. (Cueva 1996a: 95)

Pero además se crearon beneficios para los trabajadores públicos, conformados principalmente por la clase media. Así,

(...) se creó la Caja de Pensiones, para empleados públicos, se dictó una legislación laboral sobre contratos, jornada máxima, desahucio, trabajo de mujeres y menores y se crearon las inspectorías del trabajo medidas que, en algo, beneficiaron por lo menos a los obreros de los sectores más modernos de la economía nacional, que en realidad, no eran muchos. (Ibid:95)

La revolución juliana llegó a su fin en 1929 tras la depresión económica mundial que afectó a la economía local y terminó con la caída de los gobiernos julianos y luego la presencia en casi una década de 17 gobernantes, en una gran inestabilidad política.

Luego de la revolución juliana, que marcó, como se ha visto cambios en el aspecto laboral, pero también inició un incremento del aparato estatal, surgió con más fuerza el grupo de los denominados “burócratas”. Para ese caso, el estudio de Cecilia Durán (2000) realiza no solo un recorrido histórico del surgimiento de este grupo, pero también indaga sobre la vida cotidiana.

Pero Durán (2000: 9) explica que su estudio sobre los burócratas, significa un análisis de una parte del grupo denominado como clase media porque afirma que esa clase es un grupo “muy heterogéneo” con individuos con “ocupaciones muy diversas”. Y en ese sentido afirma que esa diversidad “estableció entre ellos (la clase media), grandes diferencias culturales y económicas que no les permitió cohesionarse como a los otros sectores sociales ni tener una ideología propia ni una aspiración común” (Durán, 2000: 10). Y de un grupo específico de burócratas,

(...) el típico burócrata mestizo y pobre, que ocupó cargos subalternos (secretarios, amanuenses, empleados, etc, es decir quienes tuvieron cargos inferiores de escritorio)

dentro de la administración pública”. Pero destaca que este grupo, que generalmente se ha sido “generalizado y encasillado y por lo tanto, ocultado la identidad de un grupo que a más de ser muy heterogéneo vivía en un proceso de gran movilidad”. De hecho ella afirma que dentro de la burocracia, existía un grupo de “sector medio-alto”, que se encargaba de dirigir las oficinas del estado y que “compartió los espacios de quienes controlaban el poder (Ibid: 27)

En la clase media, Durán incluye además de los burócratas “a la oficialidad militar, a los empleados particulares, a los profesores, a los pequeños propietarios y comerciantes, a personas en trance de abandonar las filas obreras o que hayan dejado esas filas... a los antiguos nobles llegados a la pobreza...” y a los choferes (Ibid: 27.28)

Sin embargo, a lo largo del libro, no se obtiene una explicación de por qué los burócratas forman parte de la clase media. Tal vez se puede suponer que pertenecen a esa clase, porque su trabajo no es manual, porque son empleados, es decir no son completamente independientes, porque tienen un nivel alto de educación, como estudios universitarios, porque no son indios, ni blancos, sino mestizos. Pero este punto no queda claro, aún menos si le sumamos el hecho de que los burócratas, como se observa tras la recopilación de datos, sufrían carencias económicas, por tanto tampoco se puede utilizar el argumento de los ingresos económicos, porque sus ingresos tampoco les proporcionaron una mejora de vida.

En ese sentido, la autora señala que luego de la revolución juliana:

(...) efectivamente se abrieron nuevas plazas de trabajo dentro de la administración pública... favoreciendo así a un buen número de personas del sector medio... Pero esta transformación solamente logró el que un significativo número de ecuatorianos deje de ser indigente para empezar a ser pobre porque como se verá oportunamente, las remuneraciones que percibieron los empleados estatales, no representaron en realidad cantidades suficientes como para elevar el nivel de vida general sino solo para proporcionar un alivio económico individual (Ibid: 48)

Y más adelante afirma que en el año 1933, uno de los más duros durante la crisis, “quienes dependían directamente del presupuesto estatal a través de una remuneración fueron sumidos en una enorme pobreza” (Ibid: 56)

Durán, afirma, al concluir su trabajo, que el burócrata es “el clásico mestizo y pobre, con poca autoestima, marcado además por la ambivalencia debida al temor a la

regresión social”, características que se observan y detallan en el estudio a través de las prácticas en la vida cotidiana.

Sin embargo, Durán, afirma desde un punto de vista de base-estructura, que la “presencia del sector medio como nuevo actor social dentro de la vida pública del Ecuador tuvo suma importancia, porque esta fuerza social es la que le proporcionó al Estado nuevas características”, de un camino hacia “la modernidad” (Ibid: 108)

La autora ve el surgimiento de la clase media burócrata (Ibid: 20) cuando el estado tuvo un proceso de:

(...) reorganización y crecimiento desde mediados de la década del veinte y durante toda la del treinta y ese cambio “produjo un acelerado ascenso de una parte del sector medio de la sociedad, que tuvo acceso a los cargos burocráticos que empezaron a crearse”. Esos empleos, dice la autora, “acarrearón el fortalecimiento económico y la expansión de este sector que contribuyó a darle un carácter nuevo a la sociedad (Ibid: 21).

De hecho reasalta como punto clave la creación del ministerio de Previsión Social y Trabajo, la Superintendencia de Bancos, el Banco Central, la Contraloría General del Estado, la Caja de Pensiones, para atender las necesidades de los empleados públicos y que luego se constituyó por ley en la Caja del Seguro de Empleados Privados y Obreros Industriales.

Pero también este proceso se debió, según Luna, a que el Estado respondió,

(...) a la incapacidad de la empresa privada de absorber fuerza de trabajo debido, entre otras cosas, a su situación de crisis por el derrumbe del cacao, por el cierre del mercado colombiano de fines de los veinte y por las secuelas del “crack mundial” de 1930”, (2000: 31). Y tuvo un importante peso, porque “amplió las redes de control e influencia del Estado en todo el espacio nacional (Luna, 2007a: 32).

En la década de los treinta también surgió un amplio movimiento obrero, que mostró gran cohesión tanto en su ideología como en su acción, a diferencia de lo que ocurrió con la clase media, como anota Durán, marcada por su gran heterogeneidad e incapacidad de unirse en un lazo común. Se crearon varios gremios, cooperativas, sindicatos de trabajadores, federaciones, asociaciones, a nivel de organizaciones populares (Durán, 2000: 25).

Luego del análisis histórico, la autora se pregunta sobre la identidad de los burócratas, de sus valores y costumbres (Ibid: 27). En ese sentido, afirma como principal premisa,

que el burócrata fue afectado por la existencia aún en la sociedad ecuatoriana de esa época de una valoración de lo aristocrático como lo supremo en desprecio de lo mestizo (Ibid: 28).

El burócrata se cuenta entre quienes sufrieron con mayor rigor esta situación, no solo porque se lo consideró como el clásico mestizo, sino también por su condición de pobreza. Condición frente a la que este individuo asumió un comportamiento ambivalente: “adoptando la actitud de peón de hacienda con los grandes señores, o la de gamonal con los ambientes populares (Ibid: 29).

Como una forma de expresión del temor “al retorno o ala regresión social” (Ibid: 63), los burócratas dieron importancia a tener una casa propia, lo que no siempre lograron. Según un censo de la Caja de Pensiones realizado en 1935, de los empleados fiscales de Quito, 424 tenían casa propia y 2.800 no la tenían. También se conoció que 2.315 empleados pagaban arriendo y 919 no lo habían, es decir que 1.404 empelados “probablemente vivían con familiares” (Ibid: 67)

Pero esto fue un problema porque, a diferencia de los grupos obreros que si lograron presionar a las entidades estatales para que se construyeran y dispusieran terrenos para sus viviendas, los burócratas no se organizaron para ese fin. Solo hasta la propia Caja de Pensiones vio como necesidad la entrega de préstamos hipotecarios y la construcción de viviendas para sus afiliados, no tuvieron facilidades en ese sentido.

También los burócratas tenían deficiencias alimenticias, que implicaron afectaciones en el desarrollo físico, como malformaciones, baja estatura y también tenían problemas con el consumo de alcohol (Ibid: 73)

En cuanto a la vestimenta, fue un punto especial de “diferenciación” para los burócratas, y en ese sentido “siempre procuró que el suyo le permitiera ostentar, poniendo en evidencia una falsa situación pecuniaria y una inexistente capacidad adquisitiva” (Ibid, 2000: 76). Es decir, el burócrata intenta aparentar lo que no tiene, pero además acercarse a las clases más altas: “trataban de igualarse a la clases pudientes (Ibid, 2000: 77)

En cuanto a la educación, los burócratas fueron, según Durán los principales beneficiados de los principios establecidos en la revolución liberal en cuanto a la implantación de la educación laica. Pero además destaca que esa educación fue la que llevó a este grupo a ser casi el abanderado de los cambios que se produjeron en la sociedad ecuatoriana. “Los ciudadanos educados en el laicismo en las dos primeras

décadas de este siglo, liberados sobre todo de las trabas impuestas por las creencias religiosas, se transformaron en los protagonistas de la serie de cambios que se produjeron en la sociedad” (Ibid: 88)

De manera específica, Durán destaca el rol de los maestros en ese cambio: “el magisterio ecuatoriano fue el ejemplo más claro de los que logró el laicismo. Los profesores respondieron a esa enseñanza y se convirtieron en los años veinte y treinta en un sector cuestionador del acontecer nacional” (Ibid: 88)

Pero además afirma que a pesar de la “personalidad ambivalente” del empleado público, gracias a la educación cambió su postura por la “lucha por los valores humanos: la justicia, la libertad, la honestidad, etc” (Ibid: 89). Aquí además se puede juntar la reflexión sobre la “cultura” en esos años en la cual afirma: “la preocupación social sobre la realidad del indio, el cholo, el mestizo, el mulato, el negro, es decir, el “otro”, componente de la sociedad, se hizo patente” (Ibid: 89).

En ese mismo sentido, Luna (2007a), asegura que los resultados de la educación laica de la revolución alfarista “se los encuentra en la acción de las generaciones que recibieron desde edad temprana los mensajes liberadores, patrióticos y laicos de la nueva educación”, es decir las generaciones de la clase media (Ibid: 37) cuyos miembros “fueron en gran número integrantes permanentes en calidad de maestros, estudiantes y directivos de los normales, de los colegios nacionales, de los institutos militares y de las universidades laicas. Miembros de esta clase pasaron a ser empleados del Estado, en calidad de profesores, para fortalecer la educación estatal, condición básica para la construcción de la unidad nacional” (Ibid: 37)

En ese sentido, Luna afirma que la “cultura” o del “pensamiento de la época” de la clase media tiene elementos de “lo nacional –patriótico, lo secular y lo laico y el pensamiento educativo liberador”, como elementos de la educación impartida por el liberalismo, cuyo ejecutor, según Luna, fue José Peralta (Ibid: 37-38).

Dentro de ese punto, “la afinidad a lo social” de la clase media es un aspecto que se resalta como parte de su “cultura” que se encuentra “en las coordenadas del pensamiento filosófico latinoamericano de praxis-social, de gran influencia en los líderes de mediados del XIX e inicios del XX” (Ibid: 37-38)

Así la educación incluyó en la clase media por un lado con una “la corriente positivista” y por otro “los pensamientos socialistas, el anarquismo, el anarcosindicalismo y el

marxismo”, que venían además desde los acontecimientos revolucionarios en México, las transformaciones de la revolución bolchevique, entre otros (Ibid: 38). “El socialismo es la moda intelectual de la *intelligentsia* de la clase media en aquellos tiempos” (Ibid: 38)

En cuanto a la religiosidad, Durán afirma que tras la ruptura que significó la revolución liberal, “algunos grupos ecuatorianos del sector medio que crecieron con el liberalismo, si bien siguieron perteneciendo oficialmente a la Iglesia Católica, tuvieron un arraigado sentimiento anticlerical” (Durán, 2000: 90)

Ese sentimiento, dice la autora, llevó a este grupo a “tener otro tipo de creencias que se manifestaron en la participación política o en el desarrollo de otras actividades a llenar la necesidad de seguridad, de moralismo y de orden que nos les proporcionaba la religión” (Ibid: 90). Pero aunque no detalle cuáles eran esos otros tipos de creencias, asegura más adelante que debido a esto, la Iglesia Católica “arremetió sobre todo contra la masonería y los partidos de izquierda” (Ibid: 91), grupos en los que participaban miembros de la clase media.

Sobre la diversión, como parte de las prácticas de la vida cotidiana, Durán detalla que la clase media escuchaba de la música nacional, especialmente el pasillo, muy popular en estos años, como una “prueba del refinamiento que buscaba el sector medio para emerger” y también porque “el carácter triste y dolorido de este género musical recogió las frustraciones, valores y sentimientos” de este grupo. (Ibid: 92)

Además la clase media se alejó de las chicherías y guaraperías y se afianzó en las cantinas, donde bebía cerveza y aguardiente, con “la intención del mestizo de alejarse de toda remembranza indígena”. (Ibid: 93)

Dentro de esta discusión sobre la identidad del burócrata, Luna afirma que como parte de la conformación de su propia identidad y al mismo tiempo del Ecuador que entraba en la modernidad con la incorporación de sistemas de “producción capitalista”, se va “tomando conciencia de clase y formando instituciones que les representan” (Luna, 2007a: 39).

Así los trabajadores de servicios, se organizaron en gremios como sindicatos, al igual que los empresarios en las distintas cámaras de producción, los empleados públicos se unen en la Sociedad de Educadores Ecuatorianos, de Jubilados, de empleados de la Caja de Pensiones.

Pero, según Luna, “ni la identidad ni la clase se agotan en estructuración de los órganos de representación” y en ese sentido afirma que para las capas medias “la identidad también se produce, en términos del conflicto étnico, por su oposición, distinción o diferenciación de lo blanco y de lo indio” y se escuda en la categoría de “mestizo” (Ibid: 39).

Sin embargo, esa categoría de mestizo no es de fácil uso para este grupo social porque “es una construcción histórica que atraviesa por fuertes problemas de representatividad para la clase media porque remitiría desde una imagen vergonzantes hasta otra orgullosa, digna sí de convertirse en productora de identidad” (Ibid: 40)

### **-Boom petrolero (1965-1979)**

El *boom* petrolero, así denominado al período en que el Ecuador entró de lleno en la explotación del crudo, es generalmente relacionado con el ascenso de la clase media. Pero, en realidad es un proceso que ya se venía dando desde las décadas anteriores y que en alguna medida tuvo un impulso gracias al incremento de los ingresos estatales que implicaron un aumento de las remuneraciones de los empleados públicos y la apertura de posibilidades de negocios propios a los sectores medios. También no se debe olvidar que ese *boom* no duró muchos años y también enfrentó una crisis luego de unos años.

En la década de los sesenta la clase media se incorporó “plenamente al sistema”, según Cueva (Cueva, 1996a: 117). De hecho cita un estudio del economista Reinaldo Torres, en el que afirma que la clase media “en 1950 representaba el 20,7 por ciento de la población total del país y percibía el 28 por ciento del ingreso nacional y en 1956, su situación era aún mejor: con el 23,4 por ciento del total de población, recibió el 31,4 por ciento del ingreso nacional” (Ibid: 117). Por tanto como dice el autor: “la lucha llevada a cabo en los decenios precedentes había dado frutos. La “clase media” de los 50, compuesta por burócratas relativamente bien instalados y prósperos profesionales liberales y comerciantes, poco tenía que ver con la clase media incipiente y marginada de los años 20” (Ibid: 118)

Además Cueva afirma que la clase media, especialmente los grupos relacionados con el partido socialista, formó parte del gobierno de Galo Plaza a través del cual promulgó una ley de Carrera Administrativa que favoreció a los empleados públicos y también “su

política de fomento de la producción favoreció también a la clase media: incluso fomentó la formación de una pequeña y mediana burguesía rural, en las áreas de colonización”. (Ibid: 118)

En ese sentido, Cueva anota que la participación de la “intelectualidad socialista” que “había sido mal que bien la animadora, impulsora y organizadora de muchos núcleos de trabajadores”, causó “confusión en muchos sectores de la clase obrera, debilitando a la izquierda en su conjunto” (Ibid: 118)

Cueva llega a afirmar que para esa época la clase media se había “aburguesado” porque “el mismo ascenso de Camilo Ponce al poder fue posible gracias a la nueva situación y actitud de la clase media, la cual, en 1956, ya no consideraba peligroso que el gobierno pasara a manos de los conservadores, como lo estimó en los años 30, por ejemplo”. (Ibid: 118-119)

La declinación de este período histórico, según Cueva “se debe en buena medida a la declinación de la izquierda”: “apaciguada la clase media, recuperada esa “anti élite” intelectual que mal que bien había sido la impulsora, organizadora y hasta dirigente de los grupos marxistas, éstos tenían que debilitarse y perder, transitoriamente, su combatividad”. (Ibid: 119)

Desde 1961 hasta el golpe militar de 1963, el país “vivía una plena efervescencia”, por la movilización que generó la revolución cubana en los grupos de izquierda del país y el rechazo de los grupos de la oligarquía” (Cueva, 1996b: 153)

En 1961 asumió el poder Carlos Julio Arosemena quien en un inicio intentó plasmar un gobierno “progresista caracterizado en el plano interno por la índole no represiva de su gobierno y en el plano internacional, por un nacionalismo que necesariamente había de tener visos antiimperialistas, de la coyuntura política del continente” (Cueva, 1997: 67)

“La efervescencia continuó, acentuada no solo por el deterioro de nuestra economía, sino además alimentada por las esperanzas que el proceso de liberación de Cuba había despertado en muchos sectores de la población” (Cueva, 1996b: 153)

Este período de los años sesenta en general se lo ha vinculado con la clase media y el surgimiento en especial de ciertos grupos de sectores medios de izquierda que soñaban con una revolución al estilo cubana en Ecuador.

Sin embargo, Cueva (1997) afirma que en esa época “las fuerzas revolucionarias eran todavía débiles”: “no olvidemos que justamente en tiempo de Arosemena se produjeron graves escisiones en el marxismo ecuatoriano, lo cual, en primera instancia, no podía tener otro efecto que el de debilitar al movimiento en su conjunto”. (Ibid: 67)

Aunque, el autor reconoce que

(...) ciertos grupos demostraban gran fervor revolucionario, pero no menos cierto que, por tratarse de pequeñísimos núcleos de intelectuales y estudiantes, finalmente desvinculados de la clase obrera, el campesinado y el pueblo en general, su acción fue en ese momento más idónea para crear una situación de “alarma” favorable al golpismo derechista, antes que para crear condiciones de veras revolucionarias(Ibid: 67)

El gobierno de Arosemena, que rompió relaciones con Cuba en 1962, terminó con un nuevo golpe militar el 11 de julio de 1963. Se trató de un gobierno tuvo “el apoyo de todas las fuerzas reaccionarias nacionales y extranjeras y de la clase media” (Ibid: 69)

Sin embargo, la argumentación de Cueva para explicar esa vinculación de la clase media al nuevo gobierno es clara. Al parecer, Cueva afirma que la clase media relacionada a la institución militar, al igual que la vinculada al movimiento de 1925, apoyó al gobierno por un afán anticomunista.

El gobierno de la dictadura militar de 1963 buscó,

(...) viabilizar el capitalismo dependiente latinoamericano que en el caso de Ecuador exigía modernizar la estructura agraria y sustituir el patrón agroexportador e impulsar el desarrollo industrial” y ese proyecto, “requería del apoyo de las capas medias e incluso de sectores populares engañados; sin embargo, nació sustentado en primer lugar por los grupos más retardatarios de nuestras sociedad, en virtud de la afiebrada campaña anticomunista que le había servido de bandera (Cueva, 1996b: 158-159).

De esa forma, dice Cueva, llevó a una “paradoja histórica” cuando “la dictadura desarrollista y tecnocrática, de “clase media”, terminase arrojada por una curiosa alianza de oligarquías importadoras amagadas por sus afanes modernizantes y sectores populares golpeados por la supervivencia de su miseria , y la represión política” (Cueva, 1996b: 159). Y por ello, dice el autor, “la “clase media” ecuatoriana hizo en 1963 (al apoyar y sustentar al gobierno militar) su primera existencia de fascistización ante la agudización del enfrentamiento de clases”. (Ibid: 159).

Con estos antecedentes, resalta ya la similitud del contenido clasista predominante en las “revoluciones” de julio de 1925 y de julio de 1963, así como sus notables diferencias de orientación política. Similitud hay, puesto que en ambos momentos de nuestra historia son los militares como institución, quienes toman el poder y gobiernan, finalmente, según los intereses de la clase media y con su apoyo decidido; y diferencias, porque el movimiento de 1925 fue protagonizado por la clase media en su etapa progresista, de matices socializante y proletarófilos, en la medida en que necesitaba aliarse con los sectores populares para abrir una brecha en la estructura socio-económica de entonces, que la desfavorecía; mientras que el movimiento de 1963 fue fascistoide, claramente dirigido contra la izquierda revolucionaria, por cuanto a la clase media, aburguesada ya le interesaba salvaguardar el orden establecido. Si por los años 1920 y 1930 esta clase había amenazado a las de arriba con encender la llama de la revolución proletaria, en 1963 la situación se invirtió por completo: fueron las oligarquías las que ahora amedrentaron a la clase media arguyendo la inminencia de una revolución comunista, para conseguir la adhesión de ese grupo social a un gobierno apadrinado por el imperialismo y las clases dominadoras del país” (Ibid: 159).

Cueva afirma que la clase media ,

(...)tenía intereses muy precisos que defender. Entre otras cosas, la proliferación de organismos técnicos y seudotécnicos encargados dizque de aplicar las reformas, fueron ocasión propicia para aumentar tanto las remuneraciones de los “modernos” cuadros como sus posibilidades de empleo” ya que entre 1964 y 1966 los sueldos de los empleados públicos creció 23,5 por ciento (Cueva, 1997: 69).

Desde 1964 el país ya había entregado concesiones “a consorcios petroleros imperialistas que según cálculos del investigador Jaime Galarza, para 1972 representaban la enajenación de más de un tercio del territorio ecuatoriano” (Cueva, 1997: 75)

En 1972, tras la quinta gestión de Velasco Ibarra, el país volvió a vivir un golpe militar del general Guillermo Rodríguez Lara quien definió a su gobierno “como una expresión de la clase media”nacionalista y “revolucionario”. (Ibid: 75)

El nuevo gobierno, adoptó una línea nacionalista respecto al petróleo,

(...) que fue un reflejo de una ardua lucha de izquierda ecuatoriana que había venido expresándose con fuerza en la clase obrera, en el movimiento estudiantil, entre los intelectuales patriotas e incluso ganando terreno (aunque desvirtuada en sus contenidos más radicales) entre sectores relativamente amplios de la tecnoburocracia (Ibid: 76).

De manera general varios autores concuerdan en que durante el *boom* petrolero, ocurrió “la consolidación de la clase media como sector de la estructura social” (Ortiz Grijalva, 1995: 23). Sin embargo, existen pocos datos que apoyen esas argumentaciones.

Desde mediados de este siglo, inmersa en inestables procesos de modernización estatal y social, la clase media ha crecido; pero su consolidación, como sector de la estructura social, se efectuó a partir de la exportación petrolera, en los años 70. El excedente que generó el petróleo fue mayor que el originado por la exportación cacaotera y bananera y, como el estado es el propietario de este recurso, algunos sectores sociales, en particular los urbanos, pudieron participar de sus beneficios de distintas maneras: infraestructura, servicios, crédito, puestos de trabajo, etc. (Ibid: 7)

Además afirma que la clase media pudo participar de los beneficios del incremento de las rentas internas estatales:

(...) en la época cacaotera, la clase media, tuvo restringidas posibilidades de crecimiento durante la exportación cacaotera y bananera, debido al volumen de excedentes generado y a las condiciones estructurales de su apropiación social. Esto cambió con la exportación petrolera; el excedente fue mayor y, como el estado es el propietario de este recurso, algunos sectores sociales, en especial los urbanos, pudieron participar de sus beneficios de distintas maneras: infraestructura, servicios, crédito, puestos de trabajo, etc. (Ibid: 25)

En esos años, dice el autor Milton Luna (2007b), al hablar sobre la novela “Crítica a la funeraria” del escritor Byron Rodríguez:

Quito crece y acelera su "modernidad". Crecen los barrios, los edificios y las avenidas. Crece la clase media, y también los carros, las discotecas y las peñas. Llegan por primera vez a muchos hogares las refrigeradoras y la TV a color. Los nuevos ricos, burócratas y militares dejan de beber aguardiente y toman whisky de marca. La minifalda languidece, aparecen los pantalones acampanados y los zapatos plataforma; y los más radicales usan ponchos, alpargatas o chompas verde olivo con algún libro de Lenin bajo el brazo. Los adolescentes escuchando a Sandro, Nino Bravo, los Iracundos y Silvana di Lorenzo se enamoran en las "humoradas bailables" que van de las tres hasta las seis de la tarde. Otros entonan a Quilapayun y Mercedes Sosa o cantan a todo pecho el "hasta siempre comandante" de Carlos Puebla o "Let it be" de los Beatles". (Ibid)

También afirma que en esa época “se fundaron organizaciones de izquierda independientes de los viejos partidos Socialista y Comunista ligados a la URRS y a la

China. El Movimiento de Izquierda Revolucionaria (MIR), el Movimiento Revolucionario de los Trabajadores (MRT), y el Movimiento Revolucionario de la Izquierda Cristiana (MRIC)". (Ibid)

Además Luna afirma que "el general "bombita" sembró el petróleo en escuelas, carreteras y centrales hidroeléctricas, erigiéndose en uno de los mejores gobiernos de la segunda parte del siglo XX". (Ibid)

### **-Crisis económica de 1980**

La crisis económica que se inició en 1982 durante el gobierno de Oswaldo Hurtado afectó al país en varios niveles pero también a la clase media. Esta etapa también motivó la investigación de algunos autores sobre los efectos en los sectores medios.

A pesar de los problemas políticos y económicos de las últimas décadas de los años 70, Ecuador registró, según los analistas, un crecimiento de la economía debido a la condición del país de exportador de petróleo. Aunque "al mismo tiempo se había incrementado la miseria en amplios sectores rurales y suburbanos y creado por doquier nuevos desequilibrios, es decir contradicciones" (Cueva, 1997: 86)

También el "estado, nuevo rico en cierto sentido, no había logrado sanear realmente la situación financiera del país" (Ibid: 86) y cuando Jaime Roldós asumió la presidencia (1979), expresó su preocupación por el alto endeudamiento que llevaría al país a una profunda crisis en 1982 que golpeó también a las clases medias.

Hurtado,

(...) quien en tres años de ejercicio debería enfrentar los inicios de la gran crisis económica de los años ochenta, que ha sacudido a América Latina y que también ha afectado al Ecuador, así como los embates de la naturaleza y un ambiente político interno hostil, pues es percibido como un "radical" por los sectores empresariales y no tiene el apoyo de los sectores de izquierda, por no impulsar suficientes reformas (Moreano, 1996: 330)

Luego se generó la denominada "crisis de la deuda externa" y Hurtado "tuvo que devaluar la moneda por tres ocasiones, prohibir las importaciones, elevar las tasas de interés, subir el precio de los combustibles y aplicar un programa de ajuste "draconiano" para poder refinanciar la deuda externa del país, que para 1983 era de 4.700 millones de dólares" (Moreano, 1996: 332-333)

Así, el gobierno sucretizó la deuda cuando “los créditos que los empresarios tenían en 1983 en dólares con la banca internacional, no fueron renovados...para evitar la quiebra generalizada de bancos y empresas”. (Ibid: 333)

Toda la crisis generó también problemas internos: “no solo pondrían a los empresarios contra el régimen de Hurtado, sino también a los otros sectores sociales. Durante el régimen se dieron cinco huelgas nacionales e innumerables paros de protesta severa contra el deterioro de las condiciones de vida” (Ibid).

También Hurtado debió enfrentar una grave crisis interna con el invierno de 1982-1983 que generó un “efecto en la agricultura y la infraestructura desastroso”, y la inflación llegó al 55 por ciento (Ibid)

Los efectos de la crisis en la clase media los aborda desde la construcción de la identidad femenina, Patricia Ortiz Grijalva (1995) en una tesis en la reconstruye el proceso de producción de las identidades femeninas en el período de transición que vivió el Ecuador entre los años 70 y 80, en el que “la sociedad ecuatoriana experimentó una transición paulatina desde un modelo de sociedad tradicional a otro moderno” (Ortiz Grijalva, 1995: 6)

El aporte de Ortiz Grijalva es el de mostrar a través del recorrido histórico y de las historias de vida, que la década de los años 80, luego del *boom* petrolero, “introdujo nuevos rasgos y roles en la identidad femenina, relacionados con la inserción de la mujer de clase media en la vida pública, es decir, con la obtención de cuotas de poder en el mundo laboral y político, sin embargo la misma crisis se interpuso en la transformación de los roles entre los géneros” (Ibid: 138)

Ortiz Grijalva en las conclusiones afirma que la mujeres de clase media tuvo que insertarse desde los años 80 en el mercado laboral: “la inserción de la mujer en el mercado laboral, es una manifestación de la crisis de los años 80” (Ibid: 146) concluye al afirmar que “hasta los años 70, como la mayor parte de mujeres de clase media accedía solo a niveles intermedios de la enseñanza formal y no contaba con puestos de trabajo, debía asegurar su sobrevivencia por medio del matrimonio” (Ibid: 139),

Pero además afirma que cuando “la mujer se incorporó al mercado laboral, en la estructura familiar se produjeron algunos ajustes que no llegaron a involucrar la redistribución de los roles domésticos entre los géneros, sino que, más bien, la

organización social asumió parte de la duplicación de los roles femeninos a través de la creación de sustitutos funcionales” (Ibid: 139)

Sin embargo, muestra como las mujeres de clase media tuvieron que lidiar con dobles roles lo cual desata crisis personales en ellas: “la incorporación de las mujeres al mercado laboral, ellas adquirieron un espacio básico de la vida pública, al mismo tiempo, se duplicaron sus roles: antes se dedicaban a las tareas domésticas y a la crianza de los hijos, ahora deben cumplir con estos deberes y también realizar un trabajo remunerado” (Ibid: 140)

De manera general sobre la clase media, Ortiz Grijalva afirma que en la transición a la modernidad en el Ecuador implicó también el surgimiento de estas capas intermedias: “los roles sociales y las posiciones que antes se fijaban por adscripción hereditaria, se asignan ahora por la adquisición de méritos, mediante la competencia”. (Ibid: 23) y en esas sociedades modernas, dice la autora, “a través de los mecanismos meritocráticos de movilidad social, se caracterizan por tener una extensa y diversificada clase media, lo que atenúa la verticalidad de las relaciones de dominación; esta clase está compuesta por la pequeña burguesía, la burocracia privada y pública, los técnicos y los profesionales”. (Ibid: 24)

En ese sentido afirma que: “en una sociedad recién modernizada, la identidad de la clase media no reconoce referentes históricos comunes: la clase media es un sector urbano de la población que se ha formado por colectivos de lo más heterogéneos: inmigrantes campesinos, artesanos, miembros empobrecidos de la clase alta; se trata de una nueva identidad” (Ibid: 25)

### **-Neoliberalismo – migración 1990-2000**

En las últimas décadas del siglo XX, al igual que varios países de la región, Ecuador también se insertó en “un nuevo modelo de desarrollo basado en las economías abiertas y en la competencia global”, es decir en “el neoliberalismo” (Portes y Hoffman, 2003: 355)

Pero ese neoliberalismo, “es en realidad una vuelta al pasado”, porque los “países latinoamericanos participaban en la economía mundial sobre la base de sus ventajas comparativas como productores de bienes primarios, en tanto que importaban

manufacturas y tecnología del mundo industrializado” (Ibid: 355) Ese neoliberalismo se inició con el gobierno conservador de Sixto Durán Ballén (1992) con una política de privatizaciones y ajustes. En esta década además el país debió enfrentar el conflicto bélico con Perú que terminó con el acuerdo en 1998. Pero además enfrentó una nueva crisis política y económica con la destitución en 1997 de Abdalá Bucaram y luego de Jamil Mahuad en el 2000 tras el quiebre del sistema financiero local y la posterior dolarización de la economía.

Esta etapa neoliberal, también afectó a la estructura de clases en los países latinoamericanos y también al Ecuador, en un proceso, que según Portes y Hoffman, ha sido poco estudiado (Ibid: 356).

En general y aplicando un modelo de clases sociales basado en:

(...) el control de los recursos claves que confieren poder en el mercado capitalista”, los autores afirman que la denominada “pequeña burguesía”, también “clase media urbana” se vio afectada por la caída del empleo a nivel público que “disminuyó marcadamente” en la última década del siglo XX y esa “pérdida no fue compensada por el crecimiento del empleo formal en el sector privado, con lo cual los trabajadores cesantes se vieron obligados a crear sus propias soluciones económicas a través de la pequeña empresa” (Ibid: 360).

Entre las consecuencias que vivió la clase media en este período está la emigración: “para los profesionales, los empleados de oficina y algunos obreros calificados desplazados de sus puestos asalariados en el sector público o privado, la alternativa es volverse “empresario a la fuerza” en su propio país es la de buscar suerte en el extranjero” (Ibid: 377). Pero,

(...) la opción de emigrar no está abierta a todo el mundo, por las restricciones que imponen las naciones receptoras y el costo que implica el viaje y el proceso inicial de radicación”, por ello, es que “esta alternativa no está abierta al proletariado informal, sino más bien a las clases que poseen medios algo mayores-trabajadores no manuales, artesanos calificados y miembros de la pequeña burguesía-.(Ibid: 377)

En el Ecuador, en cuanto a este proceso de emigración, “durante la década de 1990 se estima que un millón de personas o sea el 8 por ciento de la población abandonó el país. La mayoría a Estados Unidos creándose así una gran concentración ecuatoriana en la ciudad de Nueva York” (Ibid: 677)

Pero esa emigración, según estadísticas citadas por los autores muestran,

(...) un aumento paralelo en la proporción de profesionales, técnicos y empleados administrativos entre los inmigrantes sudamericanos ocupacionalmente activos”. Esto muestra que “la emigración desde estos países incluye un gran número de miembros de las clases intermedia, con mayor grado de instrucción y que su presencia ha ido aumentando con el tiempo (Ibid: 379-380)

“Frente a un modelo macroeconómico que simultáneamente aumenta la desigualdad y deja librados a su suerte a los que resultan perdedores en la lucha por los mercados, muchos miembros de las clases intermedia e inferiores han optado por la alternativa de irse” (381)

Los autores concluyen que en la década de 1990, “la contracción del sector estatal y del empleo privado formal ha obligado a grandes contingentes de las clases medias y bajas a buscar estrategias económicas alternativas” (Ibid: 382).

## **2. Discusión teórica – clase**

Al tratarse de un estudio de la clase media, es indispensable una discusión que aclare su uso y su significado específico. De manera histórica, el desarrollo de clase en su sentido social moderno, “corresponde en esencia al período transcurrido entre 1770 y 1840, que es también la época de la Revolución Industrial y su decisiva reorganización de la sociedad”. (Williams, 2000: 62).

El término “clase media”, se empezó a utilizar en ese período, al referirse a “una disposición entre inferior y superior, como una inserción entre un alto y un bajo”. Pero además se observó en ese tiempo como una autodefinición de ciertos grupos de personas trabajadoras para “distinguirse y oponerse a los privilegios o los ociosos” (Ibid: 64-65)

De allí el término se diferenció de un uso para definir por un lado una posición social y por otro, de relaciones económicas. En ese sentido, Williams (Ibid: 68) afirma que la ambigüedad esencial del uso del término de clase tiene que ver, por un lado la descripción de un agrupamiento y por otro de una relación básica.

Para el tema de clase, el pensamiento de Marx es y ha sido fundamental. Como explica Waquant (1985), “muy pocos cuerpos de pensamientos han recibido tanta atención, y levantado tanta controversia y tenido tanta influencia como el de Marx”. (Waquant 1985:17).

Pero al mismo tiempo, “es una de las pocas teorías que han sido sujeto de la más mala interpretación” (Ibid:17).

Para unos autores, como Williams en su diccionario de palabras clave, afirman que el concepto de clase de Marx se ha entendido en función de la relación entre los diferentes grupos de individuos con los medios de producción. El control de los medios de producción proporciona el control político. Y así la división de las clases es una división de la propiedad y del poder.

Williams afirma que al explicar la sociedad capitalista, Marx acuñó la división binaria: la burguesía y el proletariado, que apuntaba más bien hacia una comprensión de las clases como “formaciones”, en la cual “por razones históricas, se han desarrollado la conciencia de clase y la organización para enfrentarla” (Williams, 2000: 69).

Sin embargo, según Wacquant (1985), es importante comprender que Marx intentó construir un “modelo” para entender a una sociedad, pero que en la realidad a través de sus libros lo que se observa es un uso simultáneo de distintos modelos (Ibid: 19). Además que un modelo debe ser entendido como una “representación figurativa para entender algo” y siempre tener presente “la naturaleza metafórica” de esos modelos que además no “están bien ni mal, si no que son útiles para la productividad cognitiva” y por tanto es crucial tener siempre en mente “no confundir el retrato con el objeto” porque “muchas lecturas erróneas de Marx tienen sus raíces en la confusión de los modelos con la realidad que ellos simbólicamente representan” (Ibid: 19). Es decir, Wacquant advierte de la importancia de tomar los escritos de Marx como lo que son: modelos para representar una realidad, pero que no son una realidad en sí misma y también siempre tomar en cuenta los contextos y los tiempos históricos en que esos modelos y análisis fueron desarrollados.

De allí, Wacquant (1985), afirma que en Marx existen tres modelos básicos de análisis: el de base superestructura, la totalidad orgánica y desarrollo dialéctico. El primer modelo, de base-superestructura, es el que más atención ha recibido y se lo ha confundido como “la llave de toda la teoría de Marx” (Ibid: 20)

El modelo se basa en los componentes estructurales de la concepción de Marx sobre un modo de producción: la base material, la estructura socio-económica y la superestructura. De allí la base en la teoría marxista puede considerarse por un lado a las fuerzas de producción y el modo de producción, mientras que la superestructura puede

está compuesta por las instituciones políticas y legales. En general, Marx, afirma que la base determina a la superestructura y por tanto esta afirmación se trata de una “caracterización fundamentalista” (Ibid: 21).

Pero el problema, según Wacquant, es que este modelo “elimina lo específico y enfatiza en lo general” y “es muy parsimonioso cuando es confrontado con la infinitud de la realidad histórica” (Ibid: 22). Por tanto, dice el autor, este modelo, “no es un pasaporte universal”, aunque “es una representación transhistórica de las relaciones de largo tiempo que se obtienen entre los niveles estructurales de una sociedad, no toma en cuenta las innumerables variables que pueden tener impactos críticos en las características y la trayectoria de cualquiera formación social individual” (Ibid: 22). De manera general, el autor afirma que no es posible decir que la producción sola determina los eventos sociales e históricos. (Ibid: 29).

Además que aplicado solamente lleva a “una visión incompleta de la sociología de Marx” (22), por lo que se requiere unirlo al modelo de “interpretación dialéctica”. De hecho, dice el autor, “la mejor prueba de que el modelo base-superestructura es inadecuado cuando se aplica a un análisis sociológico concreto es que el mismo Marx no lo usa” (Ibid: 24)

El segundo modelo que se acerca más a la posición de Marx, es la “interpretación dialéctica” que se basa en tres axiomas: que no hay dualismo en la base y la superestructura, sino que se ambos se interpenetran en muchos sentidos, que los elementos de la sociedad tienen una relación recíproca y no unidireccional y que aunque el elemento económico es lo más importante, cada nivel estructural es causalmente pertinente y posee niveles de autonomía.

Sin embargo, Wacquant (1985), afirma que aunque este modelo dialéctico permite comprender a la sociedad en una interacción, también tiene debilidades porque los estratos son aún concebidos como distintos, pero relacionados externamente y justamente esas diferenciaciones son las que desaparecen en el tercer modelo: el de la totalidad orgánica. (Ibid: 25).

El modelo de la totalidad orgánica se basa en la idea del “organismo” con su estructura y sus funciones. La idea es que unas partes del organismo tienen roles más importantes que otras, que las partes están relacionadas entre sí, además que se desarrollan en un

tiempo: crece, evoluciona, muta y al mismo tiempo afecta la estructura de relaciones que une a las partes.

Este modelo orgánico, incluye la concepción sincrónica y diacrónica de la sociedad: es decir las relaciones internas y las jerarquías y por otro lado los aspectos procesuales de la historia de la sociedad (Ibid: 26). En ese sentido Marx, detalla el “carácter sistémico del fenómeno social”: “la sociedad no es la elemental suma de sus distintas partes, sino la particular configuración de los componentes internos que son interdependientes. Hay una total integración funcional en la que cada elemento es lo que es por la red de relaciones que tienen todos con el todo” (Ibid: 27).

La unión entre el modelo orgánico y el desarrollo dialéctico lleva a la teoría de la crisis social y la transformación de Marx en la que afirma que la conciencia y la acción (como parte de la unión de los factores subjetivos y objetivos) son los elementos necesarios para un cambio social. Dentro de esta teoría, Marx consideró que solo la lucha de clase puede fin a la lucha de clases y así emerger un nuevo sujeto histórico (Ibid: 32).

Si se aplican estos tres modelos al tema de la clase social en Marx, según Wacquant, se puede encontrar que en general la teoría de clase de Marx “es esquelética e inacabada”, por lo que según el autor se la suele criticar por “ser inconsistente”, pues en los varios libros escritos por Marx, se pueden anotar desde dos clases sociales, en otros tres, cinco, siete y hasta ocho clases, según la sociedad que analice. Así, según Wacquant, todos esos tipos de clases de los que habla Marx “no son contradictorios, porque no están situados en el mismo plano” (Ibid: 36).

La clasificación más difundida de clases sociales de Marx es la que detalla en El Capital, en la que analiza la estructura de clase capitalista: donde aparecen en realidad dos clases: los capitalistas y el proletariado. Este análisis se basa en “la premisa del modelo base-superestructura” y “se enfoca en el movimiento de largo alcance de un tipo estructural abstraído de un contexto socio histórico concreto del siglo dieciocho y diecinueve de Inglaterra” (Ibid: 37). Pero para el caso de Francia y Alemania, Marx hace otros tipo de análisis y observa la existencia de otras clases sociales.

Así, Wacquant apunta que las taxonomías de clase en Marx no son coherentes a la perfección, “porque simplemente son productos de diferentes intereses analíticos” (Ibid: 37).

Por tanto, como dice el autor, el modelo de base-superestructura y su “bosquejo histórico” del capitalismo en Europa ha sido falsamente transformado en una teoría general histórica-filosófica (Ibid: 38).

Bourdieu (2001), quien plantea superar el análisis subjetivo y objetivo de las clases, critica la intención de Marx de establecer “clases construidas” en teorías, en las que se busca clasificar a las clases a través de la búsqueda de características objetivas de posiciones social o económica. Esas clases objetivas, dice el autor, al igual que lo planteó Marx, son difíciles de encontrar en el mundo real. Se confunde, dice Bourdieu (2001), esta clase construida con la clase real como “grupos conformados por individuos unidos por la conciencia y el conocimiento de su comunidad de condición y listos para movilizarse en busca de sus intereses comunes” (Ibid: 111).

Sin embargo plantea la importancia del uso del análisis objetivista, en la existencia, “desde un punto de vista científico”, “de un espacio social” y por tanto, dice, “la tarea de la ciencia es construir el espacio que nos permita explicar y predecir el mayor número posible de diferencias observadas entre los individuos”, es decir “los principales principios de diferenciación” (Ibid: 105) y en la “distancia” entre individuos que lleva a una separación de clases (Ibid: 108).

Por tanto el punto de vista objetivo permite, aunque tener una clase teóricamente construida, tener por un lado: una clase definida “intrínsecamente” por cierto tipo de condiciones materiales y “relacionalmente”, en su relación con otras posiciones, encima o debajo ó entre ellas, “como en el caso de aquellas posiciones que están en el medio, intermedias, neutrales, ni dominantes ni dominadas, como sería la clase media. (Ibid: 109)

Desde ese punto de vista, resume el autor, “las clases construidas teóricamente reúnen agentes que, estando sujetos a condiciones similares, tienden a unirse unos a otros y, como resultado, están inclinados a reunirse prácticamente, para juntarse como grupo práctico, y así reforzar sus puntos de unión”.

Por su parte, Lomnitz (2001: 218-219) rescata el que Marx, a pesar de insistir en la existencia de la burguesía y el proletariado, mostró la existencia de “fases intermedias y transitorias que oscurecen las líneas divisorias”, entre la dicotomía simple de tipo burguesía-proletariado. Además que distinguió otros grupos sociales como los

terratenientes, el viejo y nuevo campesinado, la pequeña burguesía, la clase urbana y popular y la burocracia estatal que según Marx llevaron a Bonaparte al poder.

Así, Williams propone como una salida a la confusión que genera el término, utilizar las palabras “grupo”, como categoría social o económica; “rango”, como posición social relativa, por nacimiento o movilidad y “formación” como relación económica percibida, organización social, política y cultural (Williams, 2000: 70).

El término se ha considerado también desde el punto de vista del “determinismo social”, que considera a los estudios de los actos sociales como irrepetibles, y por tanto posibles de ser estudiados “científicamente” (Feito Alonso, 1997: 7)

En ese sentido, se comprende “el surgimiento de una nueva clase media” desde los inicios del siglo XX con la “extensión de las ocupaciones de carácter no manual”, “como un concepto que pretendía incluir a aquellos trabajadores no implicados en tareas manuales” (Ibid: 179) como: ingenieros de todo tipo, arquitectos, médicos, sociólogos, antropólogos, investigadores, periodistas, escritores, actores, entre otros.

“Al igual que la clase obrera, la nueva clase, trabaja asalariadamente, pero a diferencia de ésta no es expropiada del control de su proceso de trabajo”, explica Feito Alonso, (Ibid:190). El autor desde un punto de vista solamente estructural afirma que “la institución necesaria para la producción de la nueva clase y su especial cultura es la escuela” porque “brinda una educación lejos del hogar y, por tanto, lejos de la supervisión de los padres, es una educación suministrada por un grupo social de la nueva clase, los profesores”.

Pero más allá de la comprensión de la palabra en sí misma, es importante destacar a la clase en relación a la conformación de una identidad. En ese sentido, el inglés E.P. Thompson, en su libro *Formación de la clase obrera en Inglaterra (The Making of the English Working Class)* (1980), afirma que para él la palabra clase, tiene que ver con una noción de “fenómeno histórico” y no la ve como una “cosa” sino como una “relación”, y tampoco como “una estructura ni como una categoría sino como una cuestión que en realidad ocurre (y puede ser mostrada como algo que ha pasado) en las relaciones humanas”. Así, su libro es una descripción de ese proceso histórico, a través de historias de personas reales, a través del cual la clase trabajadora “vino a sentir una identidad de intereses entre ellos”.

En ese sentido, explica que esas “relaciones tienen que ser incorporadas en personas reales y en un contexto real”, por ello afirma que la clase no es una “cosa”. Afirma que “la clase ocurre cuando algunos hombres, como resultado de experiencias comunes, sienten y articulan la identidad de sus intereses entre ellos y en contra de otros hombres cuyos intereses son diferentes de los suyos” (Ibid: 8-9). De manera más concreta, Thompson dice que “la clase es definida por los hombres en la medida en que viven su propia historia, y al final, esta es su única definición” (Ibid: 10)

Dentro de esta misma línea de análisis, Weber incluyó a la idea de la acción social el sentido subjetivo de las acciones, en referencia a las conductas de los otros. Pero además planteó que se debe ir más allá de las uniformidades y relaciones funcionales, “debemos conseguir algo inalcanzable para las ciencias naturales, a saber, la comprensión subjetiva de la acción de los individuos”, (cit. en Feito Alonso, 1997: 14)

Weber, como explica Lomnitz (2001: 219), “consideraba que la posición de clase no se determina únicamente en el mercado de trabajo sino que hay también grupos definidos por un patrón de consumo y un estilo de vida”. Para Weber, dice la autora, existen clase media que sin ser dueños de medios de producción poseen ciertas habilidades, (educación, calificaciones) que se convierten en factores objetivos que determinan su posición en la estructura social y otros que son grupos de estatus que se basan en apreciaciones subjetivas de una identidad común.

De su parte y en la línea de un análisis que supere la idea de clase como una “categoría”, Bourdieu (1999) plantea que para el análisis de una sociedad, se debe dejar de lado la visión “sustancialista” de lo que él llama el “sentido común y del racismo” (Ibid: 15) para ir a un estudio de la “propiedad relacional” entre las personas, en la medida en que la diferencia, comprendida como “distinción” solo existe a través de la relación con otras propiedades. En esas propiedades se encuentra el *habitus*, como “un principio generador y unificador que retraduce las características intrínsecas y relacionales de una posición en un estilo de vida unitario, es decir, un conjunto unitario de elección de personas, de bienes y de prácticas”. (Ibid:19) El *habitus*, dice el autor genera prácticas distintivas y a la vez diferencias simbólicas. Todo esto ocurre en lo que denomina “espacio social”, que “organiza las prácticas y las representaciones”, (Ibid: 21). Se trata de un espacio de relaciones, pero también de diferencias, que está

organizado por un capital específico que las personas tienen: social, económico, cultural o simbólico.

En este marco, Bourdieu (1999) asegura que “las clases sociales no existen. Lo que existe es un espacio social, un espacio de diferencias, en el que las clases existen en cierto modo en estado virtual, en punteado, no como algo dado sino como algo que se trata de construir”. (Ibid: 25) Como algo que tratan las mismas personas de construir, a partir de sus representaciones, de su lucha simbólica por imponer una “visión del mundo”. Sin embargo, indica que negar la existencia de clases sociales, “es negar la existencia de diferencias y de principios de diferenciación”.

Por ello, afirma que,

(...) la ciencia social no ha de construir clases sino espacios sociales dentro de los cuales puedan ser diferenciadas las clases, pero que no existen sobre el papel” y dentro de ellos plantea que se debe “construir y descubrir (más allá del construccionismo y el realismo) el principio de diferenciación que permite re-engendrar teóricamente el espacio social empíricamente observado (Ibid: 25)

Bourdieu (1999) plantea superar el análisis tanto objetivista y subjetivista de la realidad y propone una unión entre los dos, con una conciencia clara del sujeto del conocimiento o del punto de vista del analista.

Desde el punto de vista subjetivo, y desde “cualquier teoría del universo social debe incluir la representación que los agentes tienen del mundo social y más precisamente, la contribución que hacen a la construcción de la visión de ese mundo y consecuentemente, a la misma construcción de ese mundo”. (Bourdieu, 2001: 118)

“Es a través de ese trabajo de representación sin fin (en todos los sentidos del término) como los agentes sociales tratan de imponer su visión del mundo o la visión de su propia posición en ese mundo y de definir su propia identidad”. (Ibid: 118)

Y en especial sobre la clase media, y como parte de esa indeterminación, el autor señala la existencia de una “región del universo social” en el que la indeterminación es mayor, en la mitad entre los grupos extremos bien definidos por el capital económico y cultural. “Es en estas posiciones medias o intermedias del espacio social donde es mayor la indeterminación y ambigüedad de la relación entre prácticas y posiciones y donde el espacio abierto a estrategias simbólicas destinadas a atascar esta relación es el más amplio”. (Ibid: 118)

Es en esta región del universo social en donde se puede observar “las diferentes formas de presentación de sí, a través de la cual los agentes se esfuerzan por construir su identidad social”, (Ibid: 121)

En ese sentido dice que quienes están en la zona media, “constituyen el objeto de clasificaciones completamente contradictorias realizadas por quienes, en la lucha política, tratan de atraerlos hacia su lado” (Ibid: 122)

Ese principio, dice, “es la estructura de la distribución de las formas de poder o de las especies de capital eficientes” en la sociedad ó grupo estudiado. (Ibid: 49)

El *habitus* de clase, dice el autor es “el *habitus* individual en la medida que expresa o refleja la clase (o el grupo) como un sistema subjetivo pero no individual de estructuras interiorizadas, esquemas comunes de percepción”.

Se trata, por tanto, como explica Blaise Pascal (cit. en Bourdieu, 2001: 30), un *habitus* de clase es “la clase incorporada” y que para construir una clase social será necesario recurrir al *habitus* en que ésta se objetiva (a la par, paradójicamente, que se subjetiva)

El *habitus* de clase tiene una relación de homología, según Bourdieu, “es decir una diversidad en la homogeneidad...que une los *habitus* iguales de los diferentes miembros de una misma clase” (Ibid: 30).

El trabajo de Larissa Lomnitz (2001), permite profundizar en la comprensión de la clase media quien a partir de su estudio de la clase media de Chile, la autora desarrolla el concepto de “compadrazgo”, como un sistema de intercambio de favores de esa clase. Dentro de su estudio, Lomnitz caracteriza, para el caso de Chile a la clase media como un grupo que comparte los siguientes rasgos:

(...) es una clase que rechaza el trabajo manual (a diferencia de la clase baja), es heterogénea en origen, ingreso, educación, (a diferencia de la clase alta), no tiene ahorros y su situación económica es siempre precaria, mantiene y valora ciertas apariencias de un nivel de vida “decente” aunque ellos signifique vivir endeudado, posee educación más allá del nivel primario, usa el compadrazgo, un sistema de reciprocidad de favores (Ibid: 21)

Lomnitz estudia a la clase media desde su manera de actuar a través del compadrazgo, más allá de buscar caracterizarla como un sistema de pertenencia de la clase media y como un recurso con que cuenta este grupo (Ibid: 21). Su aporte es la realización de trabajo de campo y observación participante, como una investigadora que también se considera miembro de la clase media (Ibid: 22)

Para ella, el sistema de relaciones a nivel individual y de grupo que estudia el antropólogo representa la materia prima del desarrollo histórico y social. Y asegura que:

(...) la observación directa y en profundidad de este sistema de relaciones puede aportar datos valiosos para el análisis del sociólogo, historiados y el economista. (...)

Por supuesto existe el riesgo de que la versión histórico-estructural de una sociedad se sumerja y se pierda en el acopio de detalles de una realidad compleja. Por ello, una parte esencial de la labor del antropólogo consiste en conciliar los datos múltiples de su experiencia con un marco teórico de validez más general. Sin este ejercicio su trabajo de campo se perdería en recopilaciones intrascendentes. Por otra parte, creo que la teoría debe a su vez mantener sus pies en el terreno de la realidad social, cuyo explorador e intérprete debe ser el antropólogo (Ibid: 218)

Para Lomnitz un tema importante en el análisis de clase es el poder en las relaciones, lo que denomina “la estructura de poder”: el poder político, el poder económico, que un grupo puede aplicar a otro: “recurso: el poder político, el capital y el trabajo” y las jerarquías dentro de los grupos. (Ibid:234)

Para el caso de México, la autora deja abiertas las preguntas: “¿en qué consiste la clase social? ¿es la estructura creada por el tipo de recursos que maneja un conjunto de individuos o es una estructura horizontal determinada por un mismo nivel jerárquico de poder?” (Ibid:265)

En México, dice la autora, “las relaciones económicas de clase están afectadas por una estructura de poder que genera jerarquías verticales y por una estructura de sociabilidad que genera redes sociales horizontales. Para cada tipo de relación se manejan grupos de símbolos diferentes: todo este aparato simbólico en su conjunto constituye la cultura mexicana” (Ibid:265).

Para el mismo caso mexicano, Dennis Gilbert, en el estudio sobre el impacto de la crisis económica en la clase media, (Gilbert, 2005: 130) define a esta categoría, en el caso mexicano, como un grupo “poco amplio” y “no ciertamente localizado en la mitad de la estructura de clase”. Afirma que “en México como en otros países caracterizados por masas pobres, la clase media no es el promedio, sino intermedia, como *sanduche* entre la mayoría pobre y la minoría rica ubicada al tope. Los mexicanos, muy razonablemente, piensan en la clase media como una casi elite”. (Ibid: 130)

Gilbert (2005) comprende a esta clase como “familias dirigidas por individuos que no tienen una rutina, con ocupaciones de “cuello blanco”, con ingresos confortables por encima del promedio, pero bajo la cima de la pirámide nacional”. Se refiere el autor, a profesionales independientes y asalariados, profesores, técnicos, burócratas, mercaderes (Ibid: 129).

En un estudio de las niñas de clase media del suburbio de Shoreham, New York, Lorraine Delia Kenny (2000) afirma que este grupo social “no ha sido reconocido como un fenómeno cultural” y además, que quienes forman parte de él han asumido su papel, “han aceptado todos los privilegios de raza y clase que parecen venir naturalmente” (Ibid: 3). Según la autora, la clase media, para el caso de Estados Unidos “existe sin ser notada, es una silenciosa e invisible, pero poderosa categoría social que deriva su potencial precisamente de su mutismo y su invisibilidad”. En ese sentido dice que estudiar este grupo “es hacerlo evidente”, es “hacerlo extraño y cuestionar su autoridad como una auto-evidente idea y práctica” (Ibid: 3).

Ella define a la clase “no solo en términos de los recursos económicos de la persona sino también, con igual o mayor énfasis, en términos de la cultura y crianza propias”. Pero afirma que pertenecer a la clase media es también “tener ciertos privilegios y aceptar que niego a otros que todavía están claramente fuera de la vida de la clase media” (Ibid: 7). Y es ese sentido, que incluye el tema de raza, dentro de la comprensión de la clase media, como un componente importante que se basa en la exclusión del otro y al mismo tiempo en la negación de esa práctica de exclusión (Ibid: 6)

El término clase social, para los fines de esta investigación, está ligado con una comprensión de la esfera subjetiva de los sujetos que forman parte de ese grupo, pero al mismo tiempo de la esfera objetiva que incluye las cuestiones externas, como lo diría el modelo de base-superestructura de Marx: las fuerzas de producción y el modo de producción y las instituciones políticas y legales.

Al decir “clase” se está hablando de “diferencia”, como lo explica Bourdieu, de “distinción”. Pero esas diferencias que siempre se están desarrollando, creando, ampliando, reforzando, innovando, se expresan en prácticas, en formas de hacer, en formas de vivir, en *habitus*, como lo dice también Bourdieu.

Se trata de comprender a la clase desde una perspectiva horizontal: desde la realidad misma del grupo, desde sus vivencias cotidianas, desde sus sistemas de pertenencias como lo explica Lomnitz al hablar del compadrazgo ó de las relaciones como lo anota Thompson.

Pero también, comprenderla desde un punto de vista más vertical: de la historia más amplia, del contexto en que se desarrolla este sistema de pertenencias, es decir para el caso ecuatoriano, la diferenciación para el caso del Ecuador, racial, que viene marcada desde el mestizaje, de la historia económica, de las relaciones de poder entre los grupos. Así, esta investigación intenta indagar una parte del *habitus* de la clase media: en las prácticas espirituales de este grupo y de manera puntual de las prácticas de yoga y de zen.

Ese *habitus* que no tiene que ver con la idea mecanicista de que las personas hacemos las cosas por la coerción de las causas externas, ni tampoco contra la idea de “finalismo” o la teoría de la acción racional que cree que actuamos libremente luego del cálculo de las posibilidades y beneficios (Bourdieu,1999: 183).

Se trata de un concepto que permite observar las acciones de las personas, sus modos de vida, a través de una especie de vaivén entre el enfoque objetivo, mecanicista y el subjetivo. Como dice el propio Bourdieu (Ibid: 206), es “individuo o cuerpo biológico socializado o ente social biológicamente individuado a través de la encarnación de un cuerpo”. Comprende que las personas adaptamos ciertas estrategias y las renovamos pero dentro de una estructura que es además la misma que ha generado esas estrategias que utilizamos en nuestra vida cotidiana.

Pero también busca dar al lector una primera recopilación de ese enfoque vertical, de la historia más amplia de la clase media en el Ecuador. Se trata de comprender a esa forma de distinción, de diferenciación, que ha marcado especialmente a la clase media en el Ecuador: distinguirse de lo indio pero también de lo blanco, como figura del colonizador. Pero dentro de un proceso que tiene raíces en proceso más lentos e históricos, como lo muestra Kingman (2006), del paso a la modernidad de Quito, en la que desde el espacio urbano, los higienistas, los urbanitas de la ciudad, empezaron a diferenciar a las clases.

### 3. Datos sociodemográficos clase media:

En cuanto a los datos sociodemográficos, existe en general escasa información puntual sobre la clase media. Uno de los estudios más específicos es el que realizó el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (Inec) para establecer la Estratificación socio-económica oficial del Ecuador. Este estudio, lo realizó el INEC, con el fin de “tener información de manera correcta de los niveles socio-económicos de la población, conocer los impactos en cada estrato y tomar decisiones más adecuadas desde el punto de vista social de consumo” (INEC: 2008).

Este estudio se basó en la Encuesta de Condiciones de Vida (ECV) V Ronda 2005-2006, tras la contratación de una consultoría internacional por el INEC.

La investigación utilizó indicadores incluidos en la ECV: económicos como bienes e indicadores sociales, como educación y ocupación. Además se formaron grupos de variables según las características del jefe de hogar, tenencia de bienes por parte del hogar y características de la vivienda.

En general, este estudio estableció que “los valores inferiores significan menor bienestar, mientras que valores superiores significan mayor bienestar” (INEC: 2008).

En un inicio, se definieron cuatro estratos a nivel nacional: A, B, C y D, “donde D es el estrato de peor condición socioeconómica y A es el estrato de la mejor condición” (Ibid)

Según esa división:

#### **Porcentajes Nacionales de acuerdo a Estrato en 4 categorías**

<b>Estrato</b>	<b>Porcentaje</b>
D	9,50%
C	26,50%
B	39,60%
A	24,50%

Fuente: INEC: 2008

Así, podríamos decir, aunque el estudio no lo denomina así, que los estratos C y B forman parte de la clase media a nivel de todo el país, es decir, un total de 66,1 por ciento de la población. Si según los datos de la ECV Quinta Ronda, en el país la población total es de 13'278.359 personas, el 66,1 por ciento son 8'776.995 de habitantes.

Según la misma estratificación, se establecieron los porcentajes según ciudades y regiones en el país:

<b>Porcentajes de Estrato por Ciudades / Regiones / Urbano-Rural</b>				
	<b>D</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>A</b>
Quito	0.0%	2.4%	44.3%	53.4%
Guayaquil	0.2%	13.7%	52.2	34.0%
Cuenca	0.4%	1.8%	35.7	62.0%
Costa	5.1%	30.2%	44.0%	20.8%
Sierra	11.8%	23.6%	36.7%	27.8%
Oriente	15.6%	27.3%	35.7%	21.4%
Urbano	15.6%	27.3%	35.7%	21.4%
Rural	20.9%	44.5%	29.1%	5.6%

Fuente: INEC: 2008

Así, se observa que los estratos considerados como clase media en Quito, es decir los C y B suman 46,7 por ciento de la población de la capital (1'994.539), es decir: 931.449,7 personas.

Según este estudio, “la presencia de cuatro estratos sirve como referencia para una estratificación a nivel nacional. Desde un punto de vista estadístico éste es el número óptimo de estratos”. Sin embargo estableció que “dicha estratificación está bastante influenciada por la brecha urbano-rural existente en el Ecuador. Sin embargo, desde un punto de vista sociológico, se sugiere utilizar seis estratos”.

Los seis estratos, justamente, según la investigación busca “tener una mayor

diferenciación al interior de los sectores medios y altos, en especial de la zona urbana”. La clase F es la clase de peor condición socioeconómica en cambio la clase A es la de mejor condición socioeconómica”.

<b>Porcentajes Nacionales de acuerdo a estrato en 6 categorías *</b>	
<b>Estrato</b>	<b>Porcentaje</b>
F	2.3%
E	12.5%
D	21.1%
C	28.8%
B	22.7%
A	12.6%

Fuente: INEC 2008

Así, se puede observar que la clase media se amplía a cuatro estratos B, C, D y E a nivel nacional. Pero a nivel de ciudades y zonas rurales y urbana el cuadro es el siguiente:

<b>Porcentajes de Estrato por Urbano-Rural / Regiones</b>					
	<b>Urbano</b>	<b>Rural</b>	<b>Sierra</b>	<b>Costa</b>	<b>Amazonía</b>
<b>F</b>	0.0%	4.5%	2.2%	0.5%	6.2%
<b>E</b>	0.8%	25.5%	10.2%	7.4%	19.6%
<b>D</b>	13.0%	34.8%	14.3%	25.9%	24.8%
<b>C</b>	33.4%	25.6%	28.2%	33.7%	24.6%
<b>B</b>	33.3%	7.1%	27.5%	22.2%	16.1%
<b>A</b>	19.4%	2.4%	17.7%	10.3%	8.7%

Según los datos de la Quinta Ronda, la población urbana es de 8'435.638, la rural 4'842.721. Además de la Sierra 6'010.845, de la Costa 6'624.594 y la Amazonía 642.921.

Así, el estudio concluye que:

“En la zona urbana hay un 19% de estrato A, alrededor de un 30% de estrato B y C, y un 13% de estrato D. Menos del 1% pertenecen al estrato E y F.

En la zona rural, apenas un 10% de hogares pertenecen a los estratos A y B, en tanto que alrededor de un 70% de hogares están en los estratos E, D y C.

Por otro lado, un 5% de los hogares están en el estrato F.

A nivel regional, la Sierra presenta el mayor porcentaje de hogares en el estrato A y B, seguido de la Costa. La amazonía, por otro lado, presenta el mayor porcentaje de hogares en estrato F”. (INEC: ¿?)

El estrato A, según el estudio, lo conforman personas que tienen algún tipo de seguro, es asalariado o patrono, posee lavadora de ropa, más de dos televisores, al menos posee un carro, con tendencia a dos, tiene televisión por cable, el jefe de hogar es universitario o con postgrado y posee computador.

El estrato B, que es considerado como clase media alta, tiene menos posesión de auto, posee computadora, tiene seguro, educación medio universitaria, asalariado y un televisor a color.

El estrato C es asalariado, no posee lavadora, tiene televisor a color y menor posesión de una línea telefónica. El estrato D es jornalero, con bajo índice de línea telefónica y el 60 por ciento posee televisión. El estrato E es jornalero por cuenta propia y el 15 por ciento posee refrigeradora.

Además para los fines de esta investigación es interesante conocer el dato sobre la autodefinición étnica de la población, puesto que y según la revisión histórica de la clase media en el país, este sector de la población está ligado a la condición mestiza. Así, el 7,1 por ciento de la población, es decir 676.615 ecuatorianos se consideran indígenas, el 79,9 por ciento se consideran mestizos, es decir 7'641.015 ecuatorianos. Como blancos se consideran 7,6 por ciento de la población es decir 723.570 personas y afroecuatorianos 5,5 por ciento, es decir 521.880 personas. (INEC: 2008b)

Si comparamos el estudio de estratificación del INEC con la autodefinición étnica, se observa que según la estratificación inicial de cuatro sectores, la clase media la

conforman el 66,1 por ciento es 8'776.995 de la población y se consideran mestizos, el 79,9 por ciento se consideran mestizos, es decir 7'641.015 ecuatorianos.

## II. ¿Cómo se practica?

### 1. Meditación zen:

Esta explicación del budismo zen no pretende ser exhaustiva. Se han escrito decenas de libros sobre el budismo, sobre el zen, sobre cómo practicarlos, pero creo que intentar explicar el zen, al mismo tiempo lo desvirtúa, se deshace en el intento de poner en palabras lo que tiene que ver con una experiencia.

Como afirma Susuki: “ (...) el Zen aborrece los medios, incluso el medio intelectual; en primera y última instancia es una disciplina y una experiencia, que no depende de explicación, pues una explicación desperdicia tiempo y energía, y nunca viene al caso; todo cuanto se consigue con esto es una mala interpretación y un retorcido criterio acerca de la cosa” (Susuki, 1970: 99)

Se trata, según lo explica la misma tradición del zen: de señalar la luna, pero no de confundir el dedo que señala con la luna. Es decir que quien lee estas líneas encontrará una breve explicación de lo que se trata el budismo y el zen, pero si quiere realmente comprenderlo, tendrá que experimentarlo... sentarse a meditar e intentar vivirlo diariamente.

Sin embargo, para los fines de esta investigación es imprescindible exponer de lo que se trata el zen, de dónde viene, cómo nació, cómo llegó al Ecuador, cuál es la corriente que se practica aquí.

Con el yoga ocurre lo mismo, el escribir sobre esta práctica no alcanza para explicar sobre todo su significado porque es más una vivencia que una cuestión intelectual.

Pero además con el yoga hay un elemento adicional: como en la actualidad se ha difundido tanto su práctica, pero más a nivel físico, es necesario explicar sus orígenes, las distintas corrientes, cómo llegó al Ecuador, las formas en que se practica, sus alcances, sus objetivos, más allá de una simple práctica a nivel físico para encontrar un bienestar en cuanto a la salud y para liberarse del stress.

## **Descripción de la práctica de meditación:**

El despertador suena a las 5.30, está a esa hora porque prefiero dormir un poco más, hasta las 6.00 para empezar a levantarme y alistarme para ir a la meditación.

Es un martes, son los días que no dirijo la clase de gimnasia que damos con mi esposo en el Centro de Educación para la Vida, entonces tengo libre por la mañana temprano.

Me visto con un pantalón flojo que me permite estar cómoda durante la meditación, guardo en mi mochila también una bufanda que puedo usar como un chal si hace mucho frío durante la práctica.

Salgo de mi departamento en el centro histórico, son las 6.40, la calle está llena de niños, niñas, con sus padres y madres, también adolescentes que se apresuran para entrar a sus clases. Como no voy a alcanzar a llegar si tomo un bus que va por la 12 de octubre, tomo un taxi. La carrera no sale más de 1.50, pero ya me siento mal por haber gastado ese dinero en vez de salir más temprano y tomar bus como toda la gente lo hace, pero pienso que al mismo tiempo tengo el dinero y el motivo del gasto – ir a meditar una hora en grupo- vale la pena.

Llego a la Lizardo García, muy cerca de la 12 de octubre, pido al taxista que pare en esa casa con portón color café y muro color café. Entro sin dificultad, no necesito tocar ningún timbre, pues la puerta siempre está abierta por si entras antes o después. La puerta de la casa donde está el *dojo* o el salón para la práctica también está abierta.

Esa es una de las “reglas” de la práctica: no se debe ingresar cuando ya estamos sentados meditando para no interrumpir a lo demás. Pero muchos lo hacen, en realidad alguna vez lo hice, pero dejé de hacerlo. Solo se puede ingresar luego de media hora, cuando se hace una pausa y se medita caminando para luego participar en la siguiente media hora de meditación.

Nos saludamos entre los compañeros: están dos hombres, dos mujeres – tres conmigo. Estamos en la sala de ingreso a esta casa donde se ofrecen sesiones particulares de terapias psicológicas, talleres de psicología profunda, entre otras cosas. Hay un escritorio como recepción, unos metros más cerca de la puerta principal, el baño y una puerta de ingreso a lo que sería normalmente la sala de esa casa que ha sido acondicionada para la práctica de meditación y otros talleres. Nos quejamos del frío y vamos sacándonos los zapatos, las chompas, los abrigos. Dejamos los zapatos

ordenados en fila, eso es parte del zen: estar atento a todo, no dejar nada porque si, en desorden.

En la puerta de la sala hay un letrero que pide a todos: favor apagar el celular y no usar zapatos. Pongo mis dos pies dentro de la sala y hago una reverencia al lugar, juntando mis dos manos al frente de mi cara y las bajo mientras hago la reverencia. Es el saludo al lugar, a este sitio especial donde voy a aprender algo, a experimentar un poco más de conciencia. Todos hacen lo mismo.

La sala tiene dos grandes ventanales en sus dos paredes, cubiertas con visillos que permiten ver el jardín, los geranios, la palma, los pajaritos, la lluvia, la otra es una pared pintada de color verde y la otra, está recubierta en parte de piedras, al estilo de las casas de los años setenta y tiene una chimenea grande.

Al ingresar voy hacia el lado derecho, en una esquina donde están los cojines redondos para sentarse a meditar, el *zafu*, todos de color negro y unos pocos de color café. Busco el que esté más relleno y si no lo encuentro tomo dos: uno más gordo y otro más flaco.

Luego busco un sitio donde sentarme. Todos estamos de cara hacia a la pared o hacia las ventanas, rodeando la sala y cada uno a una distancia de unos veinte o treinta centímetros del otro. Cuando estamos pocos, hay muchos espacios de dónde escoger. Siempre suelo escoger un lugar distinto. Unas veces prefiero contra la pared para tal vez tener menos distracciones, otras veces contra la ventana para sentir la cercanía del jardín.

Acomodo el *zafu*, me siento, cruzo la pierna derecha sobre la izquierda. Esta es la posición que he descubierto que es más cómoda y con la que no se me duermen las piernas tan pronto. Coloco la mano derecha sobre la izquierda, junto los pulgares suavemente. Dejo que las manos caigan frente a mi ombligo. Estiro la espalda, el cuello, bajo un poco la mandíbula y fijo la mirada a unos 50 centímetros de mí en un punto. No cierro los ojos, los mantengo abiertos o entreabiertos. Si los cierro, me empiezo a dormir en pocos segundos. Empiezo a tomar conciencia de mi respiración. Como hace frío, me coloco la bufanda que llevé, sobre los hombros.

Son las siete de la mañana en punto y Héctor<sup>6</sup>, quien dirige la práctica y está sentado justo frente a la chimenea, toca los dos palitos de madera. Con este sonido sabemos que ya estamos por empezar. Luego toca la campana. Este sonido de la campana me

---

<sup>6</sup> Los nombres verdaderos de los practicantes han sido cambiados para esta investigación.

encanta, es como si tocara algo en lo profundo de mi ser y eso- que no puedo explicar- se pone en sintonía con todos, con todas, con el silencio que se escucha luego del “tin”.

Hago una reverencia, juntando las manos frente a mi rostro y vuelvo a la postura.

Aquí empieza formalmente la meditación: son 25 a 30 minutos. Todos y todas estamos en silencio. Empiezo a contar mentalmente mis inhalaciones y exhalaciones: uno, inhalo corto, doooooo, exhalo más largo, así hasta llegar a diez. Pero me pierdo en la cuenta...pienso en todo lo que tengo que hacer hoy: salir corriendo a un desayuno de trabajo de la Asociación de Prensa Extranjera con los demandantes en el juicio a Texaco en el hotel Sheraton. Pero “veo” ese pensamiento y trato de volver a contar: uno, inhalo, dooos, exhalo.

Contar las respiraciones me permite volver al aquí y al ahora del que se habla en el zen. Es una ayuda para no perderme en los pensamientos, en los sentimientos, en las emociones y dejarlas pasar como nubes en el cielo.

Nunca he dejado de pensar y de eso no se trata la meditación como muchas personas creen. Se trata, de lo que he podido comprender y experimentar, de dejar que los pensamientos fluyan, observarlos, pero no retenerlos. No se trata de luchar por dejar de pensar. Es un proceso de autoconocimiento en ese sentido: verme a mi misma, lo que pienso, cómo vienen esos pensamientos. Un día estaba angustiada y no sabía por qué. En un momento de la meditación apareció un pensamiento muy claro y me di cuenta de que era eso lo que me estaba produciendo angustia. Luego al terminar la meditación pude hablarlo y resolverlo. Esto es lo que siento con la meditación.

Meditar es como una limpieza de pensamientos diaria. Así como me lavo los dientes a diario, también me limpio la cabeza. Esta cabeza que tengo como ser humano y que a veces me hace tan infeliz con tantos pensamientos que no me llevan a nada, en vez de actuar, de disfrutar, de vivir.

Cuando dejo de meditar varios días seguidos, los pensamientos se acumulan, es como el polvo en la casa, sino lo limpio, se vuelve una capa más difícil de limpiar. Ese día fue así: no había meditado hace algunos días y los pensamientos vinieron y vinieron constantemente durante los 30 minutos.

Poco a poco mi espalda se empieza a curvar, la corrijo suavemente, sin ningún movimiento brusco. Siento la presencia de mi compañero de práctica a mi lado izquierdo. Lo puedo ver con el rabillo del ojo. No se mueve, tampoco siento su

respiración. Siento que mi pierna derecha empieza a entumecerse un poco, intento moverla, pero casi imperceptiblemente. Pienso que seguro ya falta poco para la media hora, porque siempre me ocurre lo mismo, cuando ya se acerca el final, la pierna se me duerme.

Suena la alarma del reloj de Héctor, luego la campana: “tin”. Hago la reverencia nuevamente y me levanto lentamente. Giro hacia el centro de la sala, todos los hacemos y Hugo toca los palitos de madera y todos y todas hacemos una reverencia. Giramos y en fila india vamos caminando lentamente alrededor de la sala. Hacemos *kinhin* o meditación caminando. Coloco mi pulgar derecho dentro de la palma izquierda y cierro la mano como un puño que lo pongo sobre el esternón, la mano derecha sobre la izquierda, y abro los codos. Formo una especie de triángulo sobre mi pecho con los codos. Estiro la columna y doy pasos lentos, tomando conciencia de cómo se mueven mis pies, mi cadera, mis piernas. La mirada la fijo en la espalda del compañero o compañera. Damos dos vueltas a la sala, suenan los palos de madera, giramos hacia el centro, reverencia y giramos nuevamente hacia cada uno de nuestros puestos.

El *kinhin* me ayuda a saber que estoy en este mundo, como todo el resto de las personas, que soy una más y no la generala o quien dirige todo. Solo tengo que caminar en esta vida, que estoy aquí y en este momento estoy viva. Que puedo caminar, con mis piernas, con mis pies y que solo por eso ya debo de estar agradecida. Intento estar consciente de la respiración, inhalar y exhalar.

Me acomodo y suena la campana: “tin, tin”. Y empiezo otra vez a contar el ritmo de la respiración. Vuelvo a retomar esa conciencia de estar aquí, de sentirme a mí misma profundamente. Los pensamientos vienen y van. Siento un poco de sueño, respiro más profundo, sigo las recomendaciones de la maestra Berta Meneses: sentir cómo la respiración recorre todo mi cuerpo, como entra por la nariz, de allí a los pulmones, sale nuevamente por la nariz... Los ojos se quieren cerrar por completo, pero los abro y mantengo fija la mirada en el punto. Escucho la voz de una profesora hablando por un alto parlante a las estudiantes del colegio Manuela Cañizares. Les explica algo de un evento, no entiendo bien, pero me agarro de eso para no dormirme. Escucho a un pajarito cantar en el jardín. Claro, pienso, a esta hora están buscando comida, es la hora de más actividad y recuerdo las clases de ecología de la universidad.

Así pasa la segunda media hora de meditación y suena otra vez la campana “tin, tin”, nos levantamos y caminamos otra vez en *kinhin* alrededor de la sala. Suenan los palitos, hacemos una reverencia en conjunto y nos sentamos en nuestros puestos mirando hacia el centro. Una compañera nos reparte a cada uno las hojas con las oraciones. Empezamos con el *Zazen Wasan*, que está en español, todos vamos leyendo juntos línea por línea en voz alta, luego el Sutra del Corazón, todo en japonés, pero con letras en español, mientras Héctor toca una especie de tambor de madera, luego decimos los votos que para mí son una confirmación cada vez, de lo que busco con la meditación:

Los seres son innumerables, hago voto de salvarlos a todos

Los pensamientos y sentimiento ilusorios son ilimitados, hago voto de liberarme de todos

Las puertas del Dharma son incontables, hago voto de aprehenderlas todas.

El camino del despertar no tiene igual, hago voto de alcanzarlo. (tomado del libro de oraciones del grupo, 2008)

Estos votos se repiten tres veces, luego nos levantamos juntos al compás de la campana que suena tin, tin, tin, tin, tin, hasta que estamos completamente de pie y hacemos juntos una reverencia especial: con un tin de la campana, nos arrodillamos completamente, bajamos la cabeza, la colocamos sobre el piso y levantamos las manos con las palmas hacia arriba. Todo esto lo hacemos tres veces y mirando hacia el frente, donde generalmente se encuentra una pequeña imagen de Buda o una vela encendida. Luego nos volvemos nuevamente hacia el círculo y hacemos otra reverencia y salimos ordenadamente. Afuera ya podemos saludarnos, conversar un poco, antes de que cada uno salga a sus ocupaciones diarias.

Esta es una meditación normal, en grupo. También hay otras actividades como el *zazenkai*, que se trata de una media mañana de meditación, junto con la lectura de un texto de la maestra Berta Meneses, y hacer un poco de oficios o *samu*, es decir meditar mientras hacemos alguna tarea en el lugar de meditación: limpiar, barrer, arreglar el jardín, etc.

Entre la meditación normal de una hora, y el *zazenkai*, de medio día, está el *sesshin* o retiro que pueden ir de tres a diez u once días. En general, los *sesshin* se realizan en una casa de retiros, en alguno de los valles, y los imparten sólo maestros zen. En ellos hay acompañamiento personal del maestro al discípulo o *dokusan* y exposición para el

grupo o *teisho*. En el *sesshin*, los participantes se mantienen en silencio durante los días que dure el mismo. Solo se puede hablar lo estrictamente necesario y con el maestro o maestra durante el *dokusan*, que es una entrevista personal.

Se realizan meditaciones en bloques de una hora, con *kinhin* o meditación caminando, entre cada media hora. También se realizan oficios: lavado de platos, arreglo de jardines, limpieza de baños, mantenimiento del lugar, entre otros. Todo siempre en silencio. Para los *sesshin* se suele contratar un servicio de comida, es decir que los participantes no tienen que cocinar. Las comidas también se desarrollan en completo silencio, luego de una oración de agradecimiento, dirigida por la maestra, al finalizar las comidas todos realizan una reverencia, por lo tanto, todos deben estar atentos a comer al mismo ritmo de los demás. Al final del retiro o *sesshin*, el último día, hay un conversatorio entre los participantes y el maestro o maestra que los dirigió para contestar preguntas y dudas.

La participación en las meditaciones en grupo (*sangha*), en los *zazenkai*, en los *sesshin*, no es obligatoria. Cada persona puede asistir a cualquiera de las actividades cuando desee sin tener ninguna obligación con el grupo. En Quito, el grupo que practica con Vera de Khon se mantiene con las contribuciones voluntarias que dejan quienes van a practicar luego de cada meditación. Existen miembros que están más comprometidos con ese grupo y quienes colaboran en la coordinación de eventos más amplios como los retiros. Pero en general este grupo está compuesto de unas 40-50 personas que practican de manera permanente y otras 20 ó 30 que practican esporádicamente. En la casa de Vera de Khon, donde practica, se lleva un registro rudimentario de los nombres y correos electrónicos de quienes practican. Cuando una persona nueva llega a la meditación, recibe alguna guía de alguien que tiene más experiencia y puede asistir a las reuniones de información para miembros nuevos. Pero nadie le exige que continúe asistiendo, solo se le informa de lo que se trata y los beneficios de la meditación.

En el grupo Sangha zen, que nació de un pequeño grupo de practicantes que se iniciaron con Vera de Khon, también ocurre lo mismo. Sin embargo, los miembros, si participan en todas las actividades mensuales, se han comprometido, de manera voluntaria a colaborar con un aporte económico de diez dólares. Estos fondos son manejados por una persona encargada de la tesorería y se destinan para financiar la visita de la maestra

Berta Meneses, quien llega cada año desde España. En general, ella ha pagado su viaje y sus viáticos, pero el grupo espera este año poder colaborar con algo en esos gastos.

El grupo se reúne en una casa donde funciona una escuela de psicología y no paga por el uso de la sala que se utiliza para las meditaciones. Por su parte, quienes conforman la escuela de psicología, también han organizado otros horarios de meditación.

### **-El zen y sus orígenes:**

El zen, como explica el *zendo* Betania<sup>7</sup> de España:

“es un camino de despertar a la realidad esencial, de raíz, que ningún sentido puede captar, ni ninguna inteligencia comprender. Sin embargo, quien cae en la cuenta de ella sabe que es más real que cualquier cosa que se pueda ver, tocar, medir, analizar. Ahí el ser humano encuentra paz profunda y brota la compasión”.

([http://www.zendobetania.com/que\\_zen.html](http://www.zendobetania.com/que_zen.html))

El budismo zen, como se lo conoce y practica en la actualidad, tiene varias escuelas con diferencias en cuanto a la forma de practicarlo, el método de enseñanza y cómo ha llegado a Occidente. En Quito se practica el budismo zen de la línea *Mahayana* y de la escuela *Soto*, términos que serán explicados más adelante en este texto.

Para comprender de qué se trata el zen, es importante comprender sus orígenes. Se puede decir que surgió en la India, desde el hinduismo, cuyas enseñanzas también tomó Buda, con quien luego apareció el budismo. El hinduismo también forma parte de los orígenes del yoga.

Luego las enseñanzas budistas pasaron a la China donde se juntó con el taoísmo y el confucianismo y con esos legados, llegó a Japón donde se lo denominó de manera oficial budismo zen.

Este recuento de los orígenes del budismo zen se basa en varios textos de reconocidos autores sobre filosofías, religiones orientales, pero no busca ser un texto históricamente estricto sobre el tema. En ese sentido, me adhiero a Allan W. Watts (1980) quien afirma que es “difícil” trazar una historia exacta del desarrollo del budismo y hay que

---

<sup>7</sup> En el budismo zen, el *zendo* es un lugar donde se practica *zazen* (sentarse a meditar y respirar). El *zendo* Betania es al que pertenece la maestra Berta Meneses, que guía al grupo *Sangha zen* de Quito. Está ubicado en Brihuega, España y es una “escuela Zen de laicos, en la que se juntan las tradiciones de *Soto* y *Rinzai* y en la que se practica Zen en un marco occidental y cristiano” ([www.zendobetania.com](http://www.zendobetania.com)).

tomar en cuenta esas dificultades al momento de hablar del budismo zen, pues por un lado hay pocos textos originales que fueron conservados, en otros casos no existe un registro exacto de los años en que ocurrieron los hechos, y se desconoce realmente quién llevó de un país a otro las enseñanzas. (Ibid: 50)

El hinduismo, como sistema filosófico y religioso en la India influyó en muchos sentidos en toda la vida en la India y “determinó de manera casi total, su vida social y cultural” (Capra, 1983: 71)

“No puede ser considerada una filosofía y tampoco una religión bien definida. En vez de eso, se trata de un amplio complejo organismo socio-religioso, compuesto de un gran número de sectas, cultos y sistemas filosóficos envolviendo numerosos rituales, ceremonias y disciplinas espirituales como adoración a incontables dioses y diosas” (Ibid: 71)

El hinduismo, según Watts (1980) “era una tradición que no era específicamente religiosa, pues abarcaba todo un modo de vida y se refería a todo, desde los métodos de la agricultura hasta el conocimiento de la realidad última” (Ibid: 65-66).

En resumen, el hinduismo “consiste en la idea de que las cosas y eventos que nos rodean son solo, en su gran variedad, manifestaciones diversas de una misma realidad última. Esta realidad llamada *brahman*, es el concepto unificador que confiere al hinduismo su carácter monoteísta, a pesar de la adoración a varios dioses” (Ibid: 72-73). *Brahman*, la realidad última, es entendida como el alma o esencia interna de todas las cosas. La manifestación del alma humana es llamada *atman* y junto con *brahman*, son uno solo.

La fuente espiritual del hinduismo se encuentra en los *Vedas*, una colección de antiguos textos escritos por sabios anónimos, los llamados videntes védicos. Entre estos textos se encuentra los himnos *Upanishads*. El hinduismo también se valió de cuentos populares y épicos como el *Mahabharata*, que contiene el texto religioso favorito de la India, el poema del *Bhagavad Gita*, ó Gita, que cuenta el diálogo entre el dios Krishna y el guerrero Arjuna quien “encontró su despertar una vez que fue forzado a combatir contra sus propios parientes en la gran guerra familiar que constituye la historia principal de Mahabharata”. (Ibid: 72)

Un término importante, que influyó luego en el budismo, es *maya*: que significa la ilusión de tomar los conceptos creados por las palabras como la realidad mismo, de

“confundir el mapa con el territorio” (Ibid : 73). Es decir confundir las elaboraciones mentales con la realidad misma.

Para el hinduismo, hay distintas formas de lograr la libertad, de comprender que todos los fenómenos que percibimos con nuestros sentidos constituyen una misma realidad, uno de esos es el *Vedanta* que habla de la práctica diaria de la meditación y otros ejercicios espirituales, como el yoga.

Como parte del *Vedanta*, está también el tratado *Samkhya*, en el cual, su autor, Isvakara Krishna, afirma que en la base de esta filosofía está el deseo humano de escapar de la tortura que le causan los tres dolores: “la miseria (provocada por los dioses), la miseria terrestre (causada por la naturaleza) y la miseria interior u orgánica” (Elíade, 1999: 65)

El tema del dolor también se lo puede ver más adelante en las enseñanzas del Buda, pero es importante que desde el hinduismo, el dolor no es concebido como algo dramático:

(...)el descubrimiento de este dolor universal no desemboca en un pesimismo. Ninguna filosofía, ningún mensaje religioso indios terminan estancados en la desesperación. Por el contrario, el descubrimiento del dolor como ley de la existencia puede considerarse como la condición sine qua non de la liberación y de ahí que este dolor universal tenga intrínsecamente un valor positivo y de estímulo. (...) No es el hombre el único que sufre, pues el dolor es una necesidad cósmica. El mero hecho de existir en el tiempo, de durar, implica dolor. A diferencia de los dioses y los animales, el hombre tiene efectivamente la posibilidad de superar su condición. La certidumbre de que existe un medio para liberarse-certidumbre común a todas las filosofías y místicas de la India- no puede conducir ni a la desesperación ni al pesimismo. Ciertamente, el dolor es universal, pero también se conocen los medios para hacerle frente y liberarse de él, lo que significa que no es definitivo” (Ibid: 65)

El zen está ligado fuertemente al budismo, nacido de la experiencia de Siddhartha Gotama, luego llamado Buda o despierto, quien vivió en la India, en el siglo VI antes de Cristo. Siddhartha, era un príncipe de una familia real de la India, quien no encontró en el brahmanismo, la religión que se practicaba ampliamente en ese país, la respuesta a la pregunta.: ¿quién soy? y una salida a su profundo sufrimiento. Así decidió dejar el

palacio donde vivía y por seis años anduvo por las montañas, meditando, hasta que mientras meditaba debajo de una especie de higuera sagrada, encontró la iluminación. Esto ocurrió en la localidad de Bodhgaya, cerca de Benarés en la India, sitio que ahora es un lugar de peregrinación. Esa iluminación que implica: “que encontró su gran función y la función de todos los seres” (Sahn, 1997: 15).

Pero esta iluminación era de un hombre de la clase alta y Buda decidió compartir sus conocimientos con el resto de “seres que sienten” y así volvió al mundo con sus enseñanzas.

La palabra Buda, viene del verbo sánscrito que significa “despertarse”: es decir que si una persona logra alcanzar su mente, se alcanza el verdadero ser y esa persona se despierta del sueño del sufrimiento. (Ibid: 15-16).

El budismo, como explica Sahn, “es muy simple: solo pregúntate a ti mismo muy profundamente, ¿qué soy yo?”, cuando alcanzas estas preguntas, tu encuentras tu propio ser y te conviertes en el más alto de los animales” (Ibid :16)

Es decir, el budismo, no tiene que ver con creer en un ser o con dogmas de fe, se trata de un camino personal, de experimentar en uno mismo las enseñanzas. Además, “es el camino para alcanzarnos a nosotros mismos y para ayudar a los demás” (Ibid: 19).

Luego de su iluminación, Buda enseñó por cuarenta y cinco años hasta su muerte. “El budismo es la única religión cuyo fundador no se declara profeta o enviado de un dios, sino que, al contrario, llega incluso a rechazar la idea de un dios como ser supremo. Se presenta de hecho como el despierto (buddha), guía y maestro espiritual” (Elíade, 1999: 95).

Tras su iluminación, Buda recibió el nombre de Sakyamuni (asceta entre el grupo de los Skya) porque había llegado al límite de la vida como asceta: mortificación, ayuno hasta los extremos. Durante su vida también había practicado la filosofía hinduista del Samkhya y el Yoga. (Capra, 1983: 99).

Luego de la iluminación transmitió a un grupo de discípulos lo que había descubierto: las denominadas Cuatro Nobles Verdades, que son el fundamento del budismo y hablan del dolor, el origen del dolor, la detención del dolor y el camino a que conduce a la cesación del dolor. (Ibid: 101) Este primer diálogo con los discípulos se ha denominado el sermón de Benarés.

La primera noble verdad tiene que ver con el dolor: Todo es sufrimiento, dolor (*dukkha*). Según Elíade, “para Buda, al igual que para la mayor parte de los pensadores y hombres religiosos indios a la época de las *Upanishads*, todo es dolor” (Elíade, 1999: 119). La segunda noble verdad: “el deseo como origen del dolor. La sed, el apetito, busca constantemente nuevos goces; se distinguen el deseo de extinguirse (o autoaniquilación)” (Ibid: 120). La tercera proclama que la liberación del dolor consiste en la extinción de los apetitos. La cuarta revela los caminos que conducen a la cesación del dolor: “a través del camino del intermedio, trata de evitar dos extremos: la búsqueda de la felicidad a través de los placeres de los sentidos y el camino contrario que sería la búsqueda de la beatitud espiritual mediante los excesos ascéticos”. (Ibid : 121)

Este Sendero, comprendido en la cuarta Noble Verdad, es el Sendero Medio, llamado así por evitar los dos extremos, tanto la búsqueda de la felicidad a través de los placeres sensuales, como la mortificación de uno mismo. Este Sendero Medio es llamado el Noble Octuple Sendero, y consta de ocho factores, que son:

1. Recta comprensión
2. Recto pensamiento
3. Rectas palabras
4. Recta acción
5. Rectos medios de vida
6. Recto esfuerzo
7. Recta atención
8. Recta concentración

Según la maestra Berta Meneses, este sendero “puede ser seguido, practicado y desarrollado por cada individuo. Es disciplina corporal, verbal y mental. Se trata de un Sendero que conduce a la aprehensión de la Realidad última, al logro de la liberación, de la felicidad y la paz, mediante el autodesarrollo moral, espiritual e intelectual”. (Meneses, 2008)

Durante el resto de su vida, Buda se dedicó a difundir su experiencia a través de diálogos y encuentros en varias partes del país, hasta su muerte, se trató de una transmisión oral de sus conocimientos. Siempre insistió en que lo único que había enseñado eran las cuatro nobles verdades, pues “nunca quiso dar a su enseñanza la estructura de un sistema” y “se negó a hablar sobre problemas filosóficos”. (Elíade,

1999:117). Esta transmisión oral dio pie a la existencia de varias corrientes dentro del mismo Budismo.

Luego de la muerte de Buda, el budismo se separó en dos escuelas principales: *Hinaya* y *Mahayana*. El budismo *Hinaya*, se denomina “pequeño vehículo”, se trata de “una escuela ortodoxa que toma al pie de la letra las enseñanzas de Buda y la segunda, “el gran vehículo”, presenta una actitud más flexible, suponiendo que la doctrina es más importante que su formulación original” (Capra, 1983: 77)

El budismo *Mahayana* se basa en el amor y la compasión y según esta escuela, un practicante es un ser humano altamente evolucionado, en camino de volverse un Buda, que no busca la iluminación solamente para sí mismo sino que se consagra a ayudar a todos los seres humanos a alcanzar el estado de Buda, antes de que él mismo entre en el Nirvana y esta fue la idea que dejó el propio Buda, volver al mundo para indicar el camino de la salvación a los demás seres humanos (Ibid: 81).

Luego de su iluminación, Buda se dedicó a enseñar a otros y ellos formaron un grupo de seguidores, entre los que surgió siglos más tarde Bodhidharma, quien viajó de la India hacia China a principios del siglo VI después de Cristo. De esta forma se encontraron el yoga budista de la India con el Tao de China y nació el *Ch'an*.

En China “encontró una cultura que poseía más de dos milenios de existencia en donde el taoísmo y el confucianismo se habían desarrollado”.

Así, cuando se encontraron los pensamientos hindúes y chinos, se inició la traducción de las enseñanzas o los “sutras” budistas y también a nivel de la práctica se fue creando una forma especial de meditación o “una forma especial de disciplina espiritual que recibió la denominación de *Ch'an*, término generalmente traducido como meditación” (Capra, 1980: 89).

Esa filosofía *Ch'an* terminó siendo adoptada por Japón por el año 1200 DC y desde allí se practica con el nombre de zen, traducción del ideograma chino en japonés. (Capra, 1983:95). Llegó a Japón, según reseña el zendo Betania, a través de Dogen Zenji. En China habían existido cinco "casas" o familias de Ch'an, pero solo dos pasaron a Japón y se convirtieron las escuelas *Soto* y *Rinzai* de zen.

En el siglo XX el zen se empezó a extender por Occidente. Un impulso importante partió del primer Parlamento de las Religiones del Mundo, Chicago 1893, donde por

primera vez un representante del zen, Shaku Soyen, abad del Engakuji de Kitakamakura, habló ante un público occidental.

El zen se fue conociendo y practicando cada vez más en Europa a partir de la segunda mitad del siglo XX. A través de monjes budistas zen llegados a Europa, de misioneros cristianos en Japón como Enomiya-Lassalle y de psicoterapeutas occidentales como Karlfried Graf Dürckheim. ([www.zendobetania.com](http://www.zendobetania.com))

La escuela *Rinzai* o denominada “abrupta” utiliza el método del *koan* (frase o diálogo breve) y la resolución de los mismos por parte de los discípulos con la ayuda del maestro, a través de intensos ejercicios de concentración que se encaminan así al *satori*.

La escuela *Soto* o denominada “gradual”, existe los métodos de choque de la escuela *Rinzai* y pretende provocar el crecimiento gradual del discípulo. Esta escuela “defiende el “sentarse tranquilamente” y la utilización del propio trabajo cotidiano del individuo como dos formas de meditación.

Las dos escuelas atribuyen la mayor importancia al *zazen*: la meditación sentada que se practica todos los días, la postura y al respiración correctas son las primeras cosas que el estudiante zen tiene que aprender.

De esta forma, observamos cómo desde sus orígenes, “el zen tiene una combinación única de las filosofías e idiosincrasias de tres culturas diferentes. Se trata de un modo de vida típicamente japonés, pero mucho refleja del misticismo indio, el amor taoísta a la naturalidad y a la espontaneidad y un sólido pragmatismo de la mente confucionista” (Capra: 1983: 95)

Pero, según Capra, “el zen es puramente budista en su esencia una vez que su único objetivo es aquel que se propuso el propio Buda, es decir, llegar a la iluminación, que en el Zen recibe el nombre de *satori*”.

“El Zen con todo, es el único que se concentra exclusivamente en la experiencia del *satori*, de la iluminación, y no muestra cualquier interés especial por cualquier modalidad de interpretación.... desde el punto de vista del Zen, el despertar de Buda y su enseñanza es en sentido de que todos poseen el potencial de llegar a ese despertar es la esencia del budismo. Lo restante de la doctrina, expuesto en los numerosos sutras, es considerado meramente suplementario” (Ibid: 95)

Sin embargo, tiene de taoísta, la no utilización de palabras para explicar la verdad última. Según la tradición, la experiencia del zen solo puede ser transmitida de maestro a discípulo. En ese sentido, es importante en la iluminación en el zen “no significa

retirarse del mundo sin tomar parte activa de las cuestiones cotidianas”.(Capra: 1983, 96)

El Zen es, como dice Vera de Khon, psicóloga y una de las personas que inició la práctica y difusión del Zen en Quito, afirma que es “ver el mundo tal cual es, sin ideas, sin deseos, sin crítica... es muy difícil y muy fácil a la vez: hay que dejar de pensar, de juzgar, de querer; todos los miedos que tenemos son miedos del pensar” (Khon, 2006: 53)

Se trata, según mi propia experiencia, de dejar de pensar y permitirse el sentir la verdadera naturaleza. Pero, ¿qué es esa verdadera naturaleza?, creo que así como los pájaros son pájaros y nada más y cumplen en su vida con esa función de pájaros, los seres humanos somos seres humanos, pero como pensamos demasiado, nos complicamos y no sabemos qué es y cómo cumplir esa función de ser humano. Entonces, el zen ayuda a conocer esa cualidad profunda de ser un ser humano y nada más que eso y vivir de acuerdo a ese conocimiento.

Y ese profundo conocimiento es lo que todos los maestros zen llaman “el despertar”, así el significado de Buda es despierto. Es despertar a la realidad misma, al “aquí y ahora”. Pero al mismo tiempo es sentirse parte del universo.

Es dejar de lado el “pequeño yo”, ese ego, que en todos los seres humanos está presente, pero que además para el caso de esta investigación, la clase media, es un factor importante: es eso que nos hace creer más que otros y menos que otros. Es eso que nos saca de lo que realmente somos, para vivir solo las cosas externas de la sociedad.

Khon (2006) explica este punto así:

(...) si por intromisión de la razón y el pensamiento humanos nos apartamos de la naturaleza, se produce la desarmonía, la guerra individual de pensamientos, instintos, afectos; y por otra parte, posibilidades innatas. Lo más importante es que nosotros *somos* el universo. Cada uno de nosotros es una demostración visible, vivible, concientizable, del universo, del cosmos y de la fuerza que lo dirige (Ibid: 36).

En ese sentido se explica lo que la doctora Khon explica siempre: el problema de la dualidad en el ser humano. Como que somos dos personas, una que busca cosas externas y por otro la persona real, lo que realmente es. “Nosotros somos individuos, que quiere decir-no-divididos” (Ibid: 62). El zen – y con la terapia iniciática que ella practica- ayuda a las personas a vivir según su propia naturaleza que “es sagrada” (Ibid: 56). Por eso su libro se llama: *Terapia iniciática, hacia el núcleo sagrado* porque ese es

el objetivo de su terapia como psicóloga: llevar al individuo a conocer ese núcleo, ese centro que cada uno tiene.

Así Khon explica que: “Nadie puede vivir en contra de su naturaleza. Esta es sagrada. Al no respetarla, padecemos fenómenos que parecen enfermedad, pero que son como advertencias o campanadas que avisan que algo tiene que cambiar. No puedo vivir en contra de lo que soy” (Ibid: 56).

Pero ella afirma que los seres humanos “tenemos que pasar por la dualidad, por el dolor, por la separación, para llegar a esta nueva manera de estar en el mundo. Debemos transitar paulatinamente por el camino que une la mente con el cuerpo. Y de esta unión se pasa a otros estados psíquicos, hasta alcanzar la totalidad”. (Ibid: 31)

Para la cultura occidental es especialmente difícil comprender de qué se trata el zen, porque siempre estamos acostumbrados a explicarlo todo, cuando el zen trata de comprender algo que no se puede nombrar.

En ese sentido, Allan Watts, explica el efecto que ha producido en el Occidente y cómo se lo comprende en este lado del mundo. En general afirma que “la mentalidad occidental tiende a considerar que en realidad no comprendemos lo que no podemos representar,-lo que no podemos comunicar-por signos lineales, es decir, por el pensar” (Watts, 1980: 28).

“La incomodidad intelectual que experimentamos al tratar de concebir el acto de conocer sin “alguien” que conoce y algo conocido es semejante a la incomodidad de llegar a una cena formal en pijama. El error es convencional, no ontológico” (Ibid: 79)

En ese sentido se explica la tradición budista: porque “El Buda no intentó exponer un sistema filosófico coherente, tratando de satisfacer esa curiosidad intelectual acerca de las últimas cosas que espera respuestas en palabras” (Ibid: 80)

Por tanto, afirma que la idea del zen es: liberarse de la “identificación de la mente con su propia imagen”, es “una liberación del dualismo del pensamiento y la acción, porque piensa como actúa: con la misma cualidad de abandono, entrega o fe” (Ibid: 168-169).

El problema es que “la mente intenta ser a la vez mente e idea de la mente, debido a una falta confusión entre hecho y símbolo. Para poner a la ilusión, la mente tiene que tratar de actuar sobre sí misma, sobre su corriente de experiencias, desde el punto de vista de la idea de sí misma que llamamos el ego” (Ibid : 163)

No se practica el zen, la meditación para un fin, el despertar:

no se practica el Zen para convertirse en Buda; se lo practica porque una ya es Buda desde el comienzo, y esta “realización original” es el punto de partida de la vida zen. (...) El “zen sentado”: zazen: “para la mentalidad occidental (quedarse sentado quietamente) no solo es innatural sino una gran pérdida de tiempo valioso, por muy útil que pueda ser como disciplina para inculcar paciencia y fortaleza. Aunque también Occidente tiene su propia tradición contemplativa en la Iglesia Católica, la vida de “quedarse sentado y mirando” ha perdido atractivo, pues no se da valor a ninguna religión que no “mejore el mundo” y es difícil comprender cómo se va a mejorar el mundo si uno se queda quieto. Sin embargo, debería ser patente que la acción sin sabiduría, sin clara conciencia de los que el mundo realmente es, nunca puede mejorar nada. Además, así como la mejor manera de aclarar el agua turbia es dejándola reposar, podría argüirse que aquellos que se sientan quedándose quietos sin hacer nada realizan una de las mejores contribuciones que pueden hacerse a un mundo alborotado. (Ibid : 185-186)

¿Pero cuál es la diferencia entre otras corrientes del budismo y el budismo Zen? Como dicen Allan Watts, uno de los escritores más conocidos en Occidente sobre el zen, es que a pesar de que zen implica *dhyana* o meditación, al igual que otras escuelas budistas, es una corriente más directa que las otras, en lo que se refiere a acceder a la iluminación.

Quizá el especial aroma del Zen consiste en tener algo de peculiarmente directo. En otras escuelas de Budismo el despertar parece remoto y casi sobrehumano, algo que puede alcanzarse solo tras muchas vidas de pacientes esfuerzos. En cambio en el Zen existe siempre la sensación de que el despertar es algo muy natural, algo sorprendentemente obvio, que puede ocurrir en cualquier momento...El zen es también directo en su manera de enseñar, porque apunta directa y abiertamente a la verdad sin perder el tiempo en símbolos (Ibid : 102).

Según el maestro Sahn, “el zen solamente significa conseguir la directa percepción de la realidad, tal como es... y el budismo es solo un nombre para el camino para alcanzar nuestros verdaderos seres y ayudar a otros seres” (Sahn, 1997: 20)

El maestro Sahn se pregunta “¿qué es entonces el budismo zen? y responde:

(...) el zen simplemente apunta directamente a nuestra mente, a nuestro verdadero ser, para que podamos lograr el despertar y ayudar a otros seres. Entonces no hay ningún énfasis puesto en el lenguaje o en el aprendizaje en el Zen, solamente hay la simple práctica de la meditación. ..Toda enseñanza del Zen solamente apunta a tu mente, en

este momento, Qué es lo que estás haciendo ahora? La enseñanza del Zen siempre nos devuelve a lo que podemos llamar “mundo momento”. Este momento es muy importante. En un momento está todo. En el momento, está el tiempo infinito y el espacio infinito (Ibid: 21-22)

### **-Cómo llegó al Ecuador el budismo zen:**

Para explicar cómo llegó a Ecuador, es necesario conocer la historia de la doctora Vera de Khon. Vera de Khon, encontró la meditación zen, en el camino que inició con la terapia psicológica iniciática en Europa con el doctor Karlfried Graf von Durckheim para enfrentar una fuerte crisis que la llevó a dejar a su esposo y dos hijas en Ecuador.

Se casó en Praga con el arquitecto Karl Khon que construyó la casa de sus padres, 18 años mayor que ella. Luego vinieron a Ecuador en 1938, al inicio de la II guerra mundial, y esa experiencia profundizó la división interna de Vera, al verse dividida entre Ecuador y Checoslovaquia-Europa.

La experiencia de llegar a Ecuador en barco, a Salinas, donde en esa época no había más que dos casas, la tiene muy viva en su memoria. El vivir con un esposo, quien “decidía todo” como ella mismo narra en su libro (Khon, 2006: 42), estar dedicada a la actuación y también ser madre, esposa y encargarse de la casa, causó en ella “una fragmentación, la pérdida del yo”. Su libro en ese sentido, narra, “la pérdida de mi identidad y como la fui reconstruyendo poco a poco, pero en un nivel más amplio, sin volver al yo egoísta o pequeño o inconsciente”. (Ibid: 43)

Así fue que, dejó a sus dos hijas y a su esposo, viajó a Viena para visitar a su hermana, buscó al psicólogo Durckheim de quien había leído un libro y le pidió una cita. Como ella mismo dice: “llegué para una sesión de 20 minutos y me quedé 3 años” (Ibid: 50). Su esposo, dice ella, “fue muy comprensivo o estaba desesperado, porque ya no sabía qué hacer con esta mujer que solo gritaba o lloraba”. Allí, durante esos tres años, con Durckheim y su esposa la Dra. María Hippus, ella logró encontrar su centro, la unión de esa dualidad, pero también conoció sobre el zen y la meditación. Tanto Durckheim como Hippus lo practicaban.

Así volvió a Ecuador, entró a estudiar psicología en la Universidad Central a los 49 años de edad. Luego empezó a atender pacientes en su propia casa.

Aquí, luego de volver de Europa, y con el conocimiento de la psicología profunda y el Zen, decidió iniciar junto con el padre católico jesuita Marco Vinicio Rueda un pequeño grupo de meditación en su propia casa, al mismo tiempo de fundar el Centro de Desarrollo Integral, en 1975.

Actualmente la Corporación Centro de Desarrollo Integral-CDI, es una entidad sin fines de lucro, apolítica y areligiosa que “presta ayuda en el campo de la psicología profunda, siguiendo la escuela del profesor Dr. Karlfried Graf von Durckheim y de C.G. Jung, enraizado en la practica milenaria de la meditación zen, dentro de un enfoque holístico e integrador mente, cuerpo, espíritu y naturaleza” ([www.cdiniciatica-zen.com](http://www.cdiniciatica-zen.com)).

Ella narra así los inicios del grupo de meditación:

Empezamos (a meditar) tres, el padre Rueda y la Luzmila Troya aquí arriba (en su casa). Aquí sucedió una cosa que nadie se preocupa del otro. Sucedió una vez en la meditación una persona tenía necesidad de meditar desnudo y nadie se movía, la persona meditó desnudo y no había comentarios, nadie quien mire, cada uno estaba en su cuestión. El proceso es individual y de la sangha, de la comunidad.

Naturalmente que hay muchos ritos yo traté de evitar los ritos budistas para que la gente no se asuste que tiene que dejar su religión.

El Dalai Lama en Ginebra dijo que cada uno tiene que ir por su camino, que el budismo no impone reglas budistas... el padre Rueda introdujo la meditación en la Universidad Católica. Yo fui la que traje a la meditación aquí, aquí no se conocía. Se conocía contemplación, eso es sobre un tema. Hay que hacer la diferencia entre contemplación y meditación: la meditación es vaciarse de todo concepto por eso nosotros nos concentramos en la respiración, primero, observar la exhalación, contar 10 exhalaciones. (Khon, entrevista 08/02/19).

Ellos practicaron la meditación zen, de la escuela Soto, es decir la escuela que se basa más bien en la práctica del *zazen*, en la relación entre el maestro y el discípulo. Desde el inicio, cuando meditaban tres personas, el grupo ha continuado meditando entre una y dos veces a la semana. Desde hace más de cinco años, las meditaciones se realizan en la casa de Vera en la calle Lizardo García, donde ella adecuó lo que llama: “el sótano” un espacio para meditar. Se realizan los lunes a las 8 de la noche y los sábados a las 7 de la mañana y luego ella ofrece un desayuno a los practicantes.

El Centro de Desarrollo Integral además ofrece otras actividades como sesiones de terapia con psicólogos/as, sesiones de psicografismos, clases de taichi, yoga, aikido y

una escuela de psicología iniciática. Además de impartir la psicología profunda, se da a conocer sobre el zen a los alumnos y se ofrece la práctica libre de la meditación para quienes están interesados.

El padre Rueda mantuvo luego su propio grupo de meditación y tras su fallecimiento en el 2005, ese grupo permanece y se reúne en el norte de Quito, en Cotacollao en una capilla pequeña. Asisten entre ocho y diez personas. Este grupo, que no ha adoptado un nombre, incluyen en la práctica de la meditación, algunos rituales católicos como una misa los sábados, y en cada meditación inician con una lectura y un corto foro de un versículo del evangelio, luego hacen ejercicios de relajamiento y estiramiento y luego media hora de meditación, *kinhin* y otra media hora de meditación. Según una de los miembros de este grupo, “este es el método del padre Rueda”.

El padre Rueda, es considerado “el formador de varias generaciones de antropólogos e impulsador de la disciplina en Ecuador” (Andrade, 2005: 162). Se desempeñó como profesor de Antropología en la Universidad Católica donde además fue uno de los fundadores del Departamento de esa disciplina en esa institución académica.

Xavier Andrade, quien tuvo la oportunidad de ser alumno del padre Rueda escribe así sobre este maestro:

Al contrario de quienes pregonan una apropiación superficial de filosofías espirituales provenientes de Asia, y que las utilizan para engalanar sus sentidos de captación mercantil de lo diverso en la época poscapitalista para rodearse de un aura de espiritualidad que acompañe a sus respectivas codicias, Marco Vinicio guardó sus saberes para quienes desearan iniciarse seriamente en ellos. Su apostolado fue, en gran parte, el de la enseñanza de la meditación. Y así se lo veía deambular por el campus, donde igual impartía misa y sesiones de zen sin lugar a contradicciones. Espigado y elegante, risueño, emboinado, uniformado siempre con un abrigo negro largo, tan ascético como la bondad de su legado. Tan risueño y listo para ridiculizar de buena manera a cualquiera de sus interlocutores, tan alegre como, estoy seguro, debe haberse alejado cuando pensara en retrospectiva su enorme contribución a aquellos quienes tuvimos la suerte de escucharlo. Sin duda, el mejor premio a sus mayores búsquedas lo empezó a alcanzar en el retiro espiritual de años que guardara disciplinadamente (Ibid: 163).

Durante estos años del grupo que nació entre Vera de Khon y el padre Rueda, han realizado varios encuentros con maestros japoneses y de otros países, el grupo ha

aumentado de tres a veces hasta 50 personas, se ha difundido la práctica en Quito a través de otras actividades.

Del grupo que medita bajo la dirección de Vera, desde hace un año se formó otro grupo aparte autodenominado Sangha Zen, que busca también fortalecerse como un grupo de meditación que no solo busca la iluminación personal de sus miembros sino de toda la comunidad.

Este grupo cuenta con el apoyo de la maestra zen Berta Meneses, del *zendo* Betania de España. Este *zendo*, como se explica en su página web, busca:

(...) “ayudar al ser humano de nuestro tiempo a reencontrar sus propias raíces profundas, en un clima de ecumenismo y de respeto hacia todas las personas y creencias, en armonía con la fe cristiana y por ende con el núcleo más auténtico de toda religión. Este camino del Zen tiene una proyección social en una actividad de colaboración solidaria con poblaciones desfavorecidas o afectadas por catástrofes naturales ([www.zendobetania.com](http://www.zendobetania.com)).

Berta Meneses Rodríguez, nacida en 1945, es maestra zen desde 1998, y lleva el nombre japonés Chosui-an ó "Agua que purifica". Antes fue monja católica de la orden San Felipe Neri. Reside en Barcelona y ofrece introducciones al Zen y *sesshin* en Barcelona, Lleida, Girona, Tortosa y Mallorca, así como en El Salvador y Quito ([www.zendobetania.com](http://www.zendobetania.com)).

El objetivo que se busca en la práctica es seguir el camino del Bodhisattva en el que se entiende que: “mi vida no es para mí, sino solamente para todos los seres” (Sahn, 1997:116)

En ese sentido se sigue la corriente *Mahayana* que enseña que “toda esta práctica es no solo para mí, para salvarme a mí mismo... practicarla significa hacer el voto de no entrar en la infinita calma, en la extinción, y en la felicidad del nirvana hasta que el último ser que siente sea salvado del sufrimiento” (Ibid: 116)

## **2.- YOGA:**

Existen varias técnicas, escuelas y formas de practicar el Yoga. En general se entiende como yoga solo a las prácticas físicas de posturas complicadas que solo pueden realizar las personas que tienen ese don de un cuerpo flexible. En este trabajo y en especial en

este capítulo, se tratará sobre el yoga como un sistema más complejo que una simple práctica física que incluye: guías para vida moral, posturas físicas, técnicas de respiración y práctica meditativa (Strauss, 2005: 3).

### **-Descripción de una práctica:**

Es domingo, mi esposo me despierta cerca de las 7.20 de la mañana y me pregunta ¿quieres ir al Itchimbia? Quiere decir caminar desde mi departamento ubicado en San Blas, a pie al parque Itchimbia donde un grupo de personas, dirigido por un miembro de la red Gran Fraternidad Universal practican yoga durante una hora, de 8 a 9 de la mañana.

Con un poco de sueño, pero pensando en el aire que se respira allí en el parque, me levanto, me cambio con ropa cómoda: calentador, gorra y mi aislante celeste que normalmente se usa para acampar, pero yo lo uso para hacer ejercicios físicos.

Salimos con mi esposo y nos encontramos con mi madre para también subir al Itchimbia, caminamos hacia la plaza Belmonte, subimos por las gradas hasta el parque. Junto a la casa de hacienda, ya está el profesor y algunos practicantes: señoras y señores de entre 40 y 50 años de edad, también unas mujeres jóvenes, de entre 20 y 30 años de edad. Nos sacamos los zapatos, las medias. Siento el rocío del césped en mis pies, me pongo bloqueador solar y estiro mi aislante en el lugar donde haré los ejercicios, frente al profesor que lleva un pantalón corto y una camiseta blanca. El profesor, con quien he conversado muy poco, tiene entre 60 y 65 años de edad, lleva una cruz, en su cuello, aunque no sé qué grado tiene, puedo identificar que es miembro de la Gran Fraternidad Universal, pero que además forma parte de la orden del *Acquarius*<sup>8</sup>.

La clase se inicia con unos ejercicios de estiramiento y respiración muy rápidos y luego el saludo de *pax*, que se realiza colocando la mano izquierda en el plexo solar y la derecha hacia arriba cerrando el dedo pulgar hacia dentro y dejando el resto de los dedos hacia arriba. Cada vez que hago este saludo inicial, me acuerdo de Jesús, en alguna de esas imágenes que se ven por allí o tal vez de alguna película.

---

<sup>8</sup> La Suprema Orden del Acquarius (SOA) es parte de la GFU y es “un sistema educativo para el desarrollo humano y transpersonal” ([www.soa.edu](http://www.soa.edu)). La parte externa de la organización es la GFU y la parte interna es la SOA, allí los miembros adquieren grados según su nivel de desarrollo humano, el mayor grado es el de gurú.

Luego se inicia la sesión de lo que se denomina gimnasia psicofísica, es decir una serie de ejercicios que combinan la respiración, estiramiento y coordinación. Empezamos de pie, con movimientos de la cabeza, luego de los brazos en rotación, luego de la cadera, luego de las piernas. Van llegando más practicantes y ahora somos entre 15 y 20. el sol empieza a calentar, tengo calor y me retiro el saco. Siento que soy más ágil que los demás... siempre tiendo a compararme, también siento que me sé la secuencia que estamos repitiendo porque ya la practiqué durante casi dos años seguidos cuando tomaba clases tres veces a la semana con otros profesores de la red GFU que tienen su centro privado de yoga. Pero vuelvo y me digo que seguramente el profesor que está allí frente a mí, conoce más que yo de todo esto y me concentro en el beneficio de la respiración y el movimiento.

Vamos al piso, boca arriba, sobre los codos, hacemos ejercicios abdominales... son los que menos me gustan... nunca he logrado tener unos músculos abdominales muy fuertes y para algunas posturas del yoga tener un abdomen fuerte es fundamental, además pienso en que tenerlo fuerte, significa tener una buena voluntad en la vida.

Luego seguimos boca abajo, hacemos arqueos de la columna, ahí siento alivio, porque tengo que agradecer que se estos tipos de movimiento se me hacen más fáciles. La compañera de mi lado, me mira mientras me tomo los tobillos y hago un arco con mi columna, levantando la cabeza y el cuello y luego me balanceo sobre mi abdomen.

Terminamos luego de casi media hora esta serie de ejercicios. Ahora el profesor dirige la relajación: me acuesto boca arriba, cierro los ojos y siento la diferencia entre relajación y tensión: tenso todo mi cuerpo y luego suelto junto con la respiración, así tres veces y luego de esto ya no me muevo más. El profesor sigue dirigiendo con su voz la relajación. A mí me gustaría que se mantuviera en silencio para poder relajarme más y aprovechar los cortos minutos de esta práctica. Pero él dirige, desde los pies hasta la cabeza y los brazos poco a poco para que los practicantes vayan relajando cada parte del cuerpo. Al final pide que nos imaginemos que un rayo de luz va ingresando en nuestro cuerpo con cada respiración. Como practico también la meditación zen, prefiero no hacer esta parte, porque me gusta estar allí y ahora y no imaginarme cosas que no ocurren. Pero siento el sol que calienta mis piernas, mi rostro, escucho los pájaros, el viento, los ruidos de la ciudad que se escuchan un poco más lejanos de lo normal.

Pasan entre 5 y 10 minutos y nos incorporamos poco a poco, moviendo las manos suavemente y así el resto del cuerpo. Nos levantamos y se inicia el *gnani* yoga o un momento en el que el maestro comparte algún conocimiento intelectual con los alumnos.

Se termina esta corta exposición y pasamos a las posturas clásicas de *hatha* yoga. En cada postura recuerdo que el objetivo es “sentirme a mi misma profundamente”, cuento mis respiraciones como lo hago en la meditación. Pero siento que cambiamos muy pronto a otra postura, pero igual siento el beneficio físico, en la espalda, en el estómago, en las piernas, siento como circula mejor la sangre.

En la postura de la vela o de la eterna juventud, intento hacerlo lo mejor posible, veo a mi alrededor y la señora de mi lado no puede levantar la cadera del piso, solo tiene las piernas levantadas. Nos quedamos más tiempo en esta postura, pienso que al profesor le debe gustar de manera especial esta.

Bajamos lentamente y terminamos en la postura clásica de meditación, primero con el pie derecho sobre la pierna izquierda, extendemos los brazos sobre las rodillas, para que las muñecas queden suavemente sobre las rodillas y hacemos un *mudra* (una señal con la mano), tocando el dedo índice con el pulgar y el resto de dedos estirados. Luego de unos segundos, cambiamos el pie izquierdo sobre la pierna derecha y volvemos con el mismo *mudra*. Intento concentrarme en lo que estamos haciendo y en sentirme a mi misma, luego cambiamos y nos pide que nos coloquemos en posición total de loto (con las piernas cruzadas). Yo no puedo, me duele en especial el pie izquierdo que es mi lado menos flexible y me mantengo como estaba antes.

Luego cambiamos y nos colocamos en posición como de perro, levantamos la una rodilla al frente, tomamos aire y soltamos bajando y subiendo la cabeza tres veces, cambiamos de lado y hacemos lo mismo, juntamos ambas piernas y nos incorporamos lentamente, siguiendo siempre las instrucciones del profesor, nos tomamos de los tobillos y nos quedamos allí por unos segundos, finalmente nos levantamos totalmente y terminamos con el saludo de *pax* en voz alta.

Se acaba la clase, uno de los practicantes toma su sombrero y lo empieza a pasar por entre los demás para recaudar la contribución voluntaria que se ofrece luego al profesor en agradecimiento a su guía. Algunos de los practicantes se saludan entre ellos, conversan un poco, comparten alguna comida como desayuno, pero en general todos se

alistan para irse. Nosotros tomamos nuestro tarro plástico con la basura orgánica que vamos guardando toda la semana y la llevamos al huerto, junto al sitio donde practicamos yoga para ponerlo en la compostera, donde se hace humus ó abono.

Prefiero no conversar tanto con las señoras que practican. En general suelen quedarse luego de la clase un grupo más reducido de señoras y señores junto con el profesor para leer alguna lectura relacionada con el yoga.

Nos alistamos, pero no nos colocamos ninguno de los tres, ni mi esposo ni mi madre, los zapatos y las medias, nos despedimos de los compañeros y compañeros y regresamos hacia la casa caminando por el césped. Aprovechamos para conversar de cuestiones familiares, luego paramos para colocarnos los zapatos, observamos la vista del centro histórico y salimos del parque y bajamos por las gradas por donde subimos.

Me fijo en las personas que bajan por la calle Caldas y que pienso, vienen de asistir a la misa en la Basílica y pienso en que me gustaría ir para visitar la tumba de mi abuela paterna y mi abuelo paterno y de una tía abuela paterna también.

Llego al departamento a desayunar: horchata de arroz integral, tortillas de arroz integral molido con pasta de ajonjolí y tal vez alguna verdura cocida.

Empecé a practicar yoga, es decir la práctica más física del yoga, en el año 2004, cuando intentaba mejorar mi salud física y me recomendaron asistir a un centro que pertenece a la red Gran Fraternidad Universal. Luego de asistir a otros dos centros de yoga, decidí quedarme en este ¿por qué? La primera clase la dio una joven de menos de 20 años y me gustó mucho que a diferencia de los otros lugares donde ya había asistido, aquí no se trataba de un asunto muy espiritual, sin mucho ritual, me refiero y cantos extraños, más bien centrado en lo físico, pero que incluía la práctica de relajación que para ese momento me hizo muy bien. Me llamó la atención que también a diferencia de otros lugares, aquí se tenía que tomar una ducha de agua fría, entre la gimnasia y la relajación. Siempre había odiado el frío y peor aún tomar una ducha fría. Pero esa primera clase decidí seguir las instrucciones al pie de la letra para sentir los beneficios.

Luego aprendí que la ducha es para que el cuerpo se limpie de toxinas luego de hacer los ejercicios y también para que la mente esté como a tono para la relajación y luego las posturas. Además el lugar era bonito, limpio, la ubicación (en la Eloy Alfaro e Italia) me era conveniente. Así empecé a practicar tres veces a la semana, en las sesiones de 7

a 8.30 de la mañana, por lo general. Pero también tomaba las clases por la tarde cuando no podía por la mañana, entre las 5 y 6 de la tarde.

Al poco tiempo también mi madre se unió a la práctica, pues a ella también su médico homeópata le había recomendado que tomara clases de yoga para mejorar su estado de salud. En los primeros meses de la práctica empecé a sentir los beneficios que en general se anuncian: dormir mejor, tener mejor digestión, estar más tranquila y serena durante el día. Pero luego y en especial con las duchas frías, sentí que mi cuerpo tenía mucha más energía. Fue un descubrimiento porque siempre y por la enfermedad física, había sufrido de baja energía. Luego de cambiar los hábitos alimenticios y practicar yoga, empecé a sentir que podía despertarme sin mucho cansancio y tener más energía durante todo el día y no solo durante la mañana. En todo ese tiempo conocí sobre la red Gran Fraternidad Universal y me interesé más allá de la cuestión física, sobre el camino espiritual que se propone. Primero me gustó mucho la idea de no comer carne animal, no solo por una cuestión de salud, como lo había estado haciendo hasta ese momento, sino por un tema de practicar la “no violencia”, de estar consciente que matar, implica violencia y peor aún comer eso que ha sido muerto con violencia.

Empecé a asistir a los eventos que realiza la red GFU, los talleres de yoga durante los fines de semana y fui entendiendo mejor las posturas y los beneficios de cada una. Pero además fui conociendo a las compañeras y compañeros. En general no siempre el grupo se mantuvo estable, pero sí habíamos ciertos miembros que practicábamos de manera más frecuente. Pero esto me tomó tiempo, porque siempre he preferido estar alejada de cualquier nuevo contacto con personas... es la timidez o tal vez el ego demasiado grande.

### **-El yoga y sus orígenes**

Al igual que el budismo zen, el yoga, tiene sus raíces en el pensamiento general de la India que tiene como finalidad “no solo la aprehensión intelectual de la realidad, si no una comprensión intuitiva de ella”. De allí, explica, Mahadevan, es importante para la filosofía de la India, el tema de la práctica: porque “la contemplación metafísica solo es posible para quien ha cultivado cualidades como la ecuanimidad, el autocontrol y el contento”. (Mahadevan, 1991: 141). Existen escuelas o *darsanas* que se dividen en dos

grupos: uno ortodoxo que acepta la autoridad de los Vedas y otro que rechaza esa autoridad. (Ibid: 140) Las escuelas ortodoxas son *Nyaya*, *Vaiseshika*, *Samkhya*, *Yoga*, *Mimamsa* y *Vedanta* y las heterodoxas son Carvaka, Jainismo y Budismo.

Los Vedas que significa “sabiduría revelada”, son considerados “los documentos más antiguos del pensamiento humano, sin duda el más antiguo monumento literario de las lenguas indoeuropeas” (Ibid: 142) y fueron escritos por poetas entre los años 3.000 y 4.000 a.C. Estos poetas, según la tradición eran más bien “videntes” y fueron “un medio para transmitir a la posteridad las ideas que recibieron”, que son “verdades descubiertas, no creadas” sobre el mundo.

En los Vedas se encuentran “no solo ideas religiosas y metafísicas de la realidad última, sino también instrucciones para moldear nuestras vidas de modo que podamos alcanzar esa Realidad. Se hace hincapié en el cultivo de la doble virtud: verdad y rectitud. La búsqueda védica es en sí misma una búsqueda de la verdad”. Las *Upanishads*, son los fragmentos con los que concluyen los Vedas, y “contienen las doctrinas metafísicas acerca de la realidad última y los medios para comprenderla” (Ibid: 143)

Dentro de los seis *darsanas* (modo de ver), el Yoga y el *Samkhya* son lo que influenciaron en el yoga como se lo comprende y se lo aplica ahora en Occidente y de manera especial en la red GFU.

La escuela de Yoga, aceptó la filosofía del *Samkhya* y estableció un método para lograr la meta máxima: que el ser humano esté consciente de su verdadera naturaleza.

El *Samkhya* sostiene que hay dos realidades: el espíritu y la materia y se pretende que “el espíritu se conozca de manera discriminatoria como algo separado de la materia” (Elíade, 1999: 147). En ese sentido, esta filosofía comprende que quien experimenta la realidad del mundo es el “yo empírico, que es una combinación del espíritu y la mente”

El objetivo es, entonces, a través del Yoga y junto con la filosofía del *Samkhya*:

(...) separar el espíritu de la materia a través de un control mental, porque en la mente es donde se refleja el espíritu y toda la desgracia que sufre el espíritu se debe al hecho de que se identifica con su reflejo en la mente. Si pudiera silenciarse y vaciarse la mente y si no hubiera ningún otro reflejo en ella, el espíritu se percataría de cuál es su verdadera naturaleza y escaparía de la trampa de la materia (Ibid : 150).

Es decir que “la errónea identificación del espíritu con las modificaciones de la mente es lo que constituye su esclavitud” y tan solo “si el espíritu se da cuenta de la distancia con esa mente, se logra la liberación” (Ibid : 151)

La diferencia entre el Yoga y el *Samkhya* es que el primero es teísta, ya que postula la existencia de un Dios, *Isvara* y el segundo es ateo, pues afirma que la única forma de obtener la liberación es el conocimiento metafísico. (Ibid: 73). Pero no es un Dios creador, sino más bien un “señor que puede acelerar, en beneficio de algunos hombres, el proceso de liberación”. (Ibid : 87)

El método del Yoga, ya se lo encuentra en los *Upanishad* y también en el *Bhagavad-gita*, como un método para la concentración y meditación, pero como yoga clásico se inició tras la escritura del yoga-sutra por Patánjali, un médico que escribió sobre cómo curar los problemas del cuerpo, la mente y el espíritu. (Ibid: 150)

Lo que hizo Patánjali fue “reproducir a grandes rasgos la doctrina del Samkhya y la ordena a un teísmo superficial”, pues el autor “no creyó que el conocimiento metafísico pueda por si solo conducir al hombre hasta la liberación”, pues, “el conocimiento sirve únicamente para preparar el terreno con vistas a la conquista de la libertad; esta se obtiene por medio de una técnica ascética y un determinado mérito de meditación”. En ese sentido, Patánjali definió al yoga como “la supresión de los estados de conciencia” que pueden ser: errores e ilusiones, la totalidad de las experiencias psicológica normales, es decir todo lo que se siente, percibe o piensa. (Ibid: 81)

Este método incluye ocho pasos que son:

1. *Yama* (abstenciones)
2. *Niyama* (observancias, conducta adecuada)
3. *Asana* (posturas)
4. *Pranayama* (control de la respiración)
5. *Pratyahara* (apartamiento de los sentidos de sus objetos)
- 6.-*Dharana* (atención sostenida)
- 7.-*Dhyana* (meditación)
- 8.-*Samadhi* (concentración)

Dentro del *Yama* están incluidas cinco restricciones básicas:

*Ahimsa*, no matar

*Satya*: no mentir

*Asteya*: no robar

*Brahmachariya*: abstinencia sexual

*Aparigraha*: no ser avaro

La idea de estas restricciones es lograr una “purificación” y van junto con la práctica del *Niyama*, es decir una serie de disciplinas corporales (Ibid: 83)

Este es el “yoga clásico” (Ibid: 83), de allí su práctica en el occidente ha variado y se ha acoplado a las necesidades de las comunidades de practicantes y al pensamiento Occidental.

De hecho, como explica Strauss, “el yoga clásico o aislamiento del ser, es un grito lejano de las metas contemporáneas de salud, reducción del stress y flexibilidad que se encuentran frecuentemente en las comunidades tanto hindúes como no hindúes”. (Strauss, 2005: 4)

En un inicio, en la India, el yoga era una práctica casi exclusiva de los hombres y tenía como meta el control del cuerpo para liberar el espíritu, luego ocurrió una reinterpretación y entre ellos el maestro Vivekananda<sup>9</sup> introdujo la promoción de dos valores del mundo moderno en la práctica: la salud y la libertad. La salud y la libertad como una característica clave del mundo moderno, como una marca del mundo moderno, en la medida en que el desarrollo de la sociedad es medido según los indicadores de salud y el nivel de libertad que tienen los individuos. (Ibid : 5). “La presentación del yoga en el contexto occidental fue visto como un modo de reconectarse con el mundo espiritual, reducir el estrés y volver a tener salud y libertad-todos sin dejar de perder la base productiva capitalista sobre las cuales los americanos y europeos han basado sus futuros” (Ibid: 5)

Cuando se habla de yoga, en general se trata del Raja yoga que incluye varias técnicas que llevan al “autocontrol” y que se basa en los *yoga sutras* de Patánjali, como se expuso anteriormente. (Ibid: 4). Esas técnicas son:

-Hatha yoga: que implica el cuidado y la conservación del cuerpo físico, con el fin de tener más conocimiento del mundo en el plano sensorial. En general, explica Marcelli, los occidentales “comenzamos con el Hatha yoga porque somos pragmáticos, queremos que nuestro cuerpo funcione bien que las cosas sean claras, se puedan medir y pesar”.

---

<sup>9</sup> Swami Vivekananda fue un místico indio (1863-1902). Fundó la sociedad Vedanta en Estados Unidos en 1887, fue uno de quienes introdujeron el pensamiento hindú en occidente. (Heelas, 1996: 48). Además propuso un cambio en las ideas y prácticas: el despertar espiritual de Occidente y el rejuvenecimiento espiritual de los hindúes (Strauss, 2005: 7).

-Karma yoga: es el manejo de las causas y efectos en la vida con el fin de mejorar el destino y que la vida esté al servicio de la vida universal. “Manejar correctamente nuestra vida para que esté al servicio de la vida universal y se revierta hacia nosotros mismos para que tengamos una mejor vida”.

-Gnani yoga: “el yoga del conocimiento, de la sabiduría, de la alta filosofía”.

-Bhakti yoga: “son las técnicas que permiten desarrollar la capacidad espiritual, el sentido del amor y de la libertad”, es el yoga místico, el yoga espiritual, el yoga del amor que es muy folclórico porque se manifiesta a través de cánticos, adoraciones, reverencias al guru, cantos de mantras”.

-Raja yoga: es el “yoga real” donde confluyen todos los otros estilos de yoga, de las otras técnicas. “Es el eje de todos los yogas... es la experiencia de la verdad, no es la fuga de la realidad, es la confrontación total con la realidad hasta sus últimas consecuencias, que es la verdad. (Marcelli, 1997: 166-181)

Así, los ocho pasos del yoga clásico fueron adaptados a la cultura occidental según fueron conocidos por los maestros que trajeron el conocimiento y la práctica. El yoga luego se volvió un bien de consumo para el Occidente y se fueron difundiendo a través de libros y maestros que viajaron de Oriente a Occidente. Dentro de esa corriente, a inicios del siglo XX, el maestro Serge de la Ferriere, quien fundó la Gran Fraternidad Universal, conoció sobre el yoga y se unió a todo su conocimiento esotérico y de cosmobiología.

### **-Como llegó al Ecuador**

Para los motivos de este trabajo, la pregunta de cómo llegó al Ecuador se refiere en cómo se inició la Gran Fraternidad Universal en el país. Pues existen varias corrientes del yoga que se practican en el país.

La Red GFU en general busca apoyar al despertar de la conciencia del ser humano a través de la educación, el intercambio de información entre sus miembros, entre distintas filosofías y religiones. En general se presenta como una red con carácter abierto, donde cualquier miembro puede tener su propia creencia espiritual.

Según postula oficialmente es una institución no gubernamental:

(...) que pretende mejorar la condición humana en todas sus dimensiones y promover la integración de las personas y los pueblos desde el respeto a la pluralidad, promoviendo la dignidad humana por encima de cualquier diferencia. Es un recipiente abierto a toda

aportación creativa que redunde en una mejor conciencia del ser humano, del entorno que habitamos y del planeta (<http://www.redgfu.org>).

Además, indican que es una organización que “promueve redes de individuos, comunidades y asociaciones que impulsan procesos culturales y educativos para el desarrollo humano y la calidad de vida de las personas”. (<http://www.redgfu.org>)

La misión, para su trabajo especialmente en América Latina es:

(...) propiciar el diálogo entre la ciencia, el arte, la filosofía y las disciplinas espirituales, para el desarrollo humano, por medio de una educación integral, una comunicación y el intercambio entre los individuos, los grupos, las asociaciones, las sociedades humanitarias, filosóficas, culturales, técnicas, artísticas, esotéricas, religiosas e Iniciáticas (<http://www.redgfu.org>).

Su objetivo final es el de “mejorar la salud y la conciencia para ayudar a los seres humanos a elevar su calidad de vida y la dignidad de su naturaleza trascendente”. (<http://www.redgfu.org>)

Su fundador y quien es denominado “el maestro” fue el francés Serge Raynaud de la Ferrière, quien nació el 18 de enero de 1916 en París.

A diferencia de otras ramas del yoga que se han esparcido en Occidente, la red GFU tiene sus raíces en el mismo Occidente, con las enseñanzas de La Ferrière quien reunió conocimientos de varias disciplinas, en especial de la masonería y la astrología, y no solo del hinduismo y la práctica del yoga.

El mismo afirmó que desde su infancia fue atraído por prácticas esotéricas, pero inicia de manera especial el estudio de varios temas en ese sentido tras leer una obra enciclopédica de ocultismo en la biblioteca de Lovaina en Bélgica donde vivió luego de fallecer su padre y su madre. En la Universidad Católica de Lovaina estudió Ingeniería en minas y luego Arquitectura. (Marcelli, 1997: 281)

Al terminar sus primeros estudios universitarios inicia un viaje hacia África del norte y medio oriente donde toma un primer contacto con los grupos iniciáticos en Egipto. Además obtuvo un doctorado en medicina en Bruselas y otro en filosofía en Londres, además de realizar actividades como la pintura. Luego trabajó como psicoterapeuta y adquirió fama como astrólogo y se adhirió al Colegio Astrológico de Francia. Luego se inscribió en la *Astrological Lodge and Theosophy* de Inglaterra. En el año de 1947 él organiza diversos grupos de Astrología (a la que denomina cosmobiología).

En 1947 tiene lugar el encuentro, en París, entre de la Ferrière y su preceptor, el Maestre Sun, “iniciado tibetano” quien le trasmite su enseñanza y le inspira a establecer un movimiento cultural con un nombre y objetivo idéntico: la Gran Fraternidad Universal, de “reencuentro con la espiritualidad, basado en una visión plural y de respeto de las tradiciones de sabiduría de los pueblos, del pasado y contemporáneas... con tradición histórica” (Ibid: 275).

En 1947 inició el movimiento de la Gran Fraternidad Universal, y viaja rumbo a Nueva York, para de ahí trasladarse a Guatemala, como escala de su viaje a Venezuela, donde formó a sus tres discípulos: José Manuel Estrada, Alfonso Gil Colmenares y Juan Víctor Mejías. Tres años más tarde le entregó a Estrada la responsabilidad temporal de la dirección de la Institución e inició el viaje a Oriente donde fue reconocido como “maestre de gurús” al extremo norte de Sri Lanka por Swami Navaratman quien además lo instruye para que viva como *Sannyasín*, una persona que ha renunciado a las pertenencias materiales del mundo. También estuvo en el Himalaya donde afirma haber experimentado el *Samadhi* ó la cumbre de la conciencia y luego recibió un reconocimiento académico en la Sociedad matemática Budista, en Rangún, Birmania. Según su discípulo Marcelli, en Birmania un delegado del Dalai Lama lo reconoce como el *Boddhisattva* (el que ha entrado en el Nirvana para salvar a los demás), el Avatar esperado (encarnación de un Dios en las concepciones hindúes)” (Ibid : 284).

Luego realizó giras por Australia, Malasia, China, Oceanía, Las Islas del Sur hasta 1952 cuando “informó a sus discípulos de su retiro de la actividad pública para dedicarse a una actividad más interna, como escritor”. En 1961 recibió el más alto grado en la masonería y realiza varias giras por países europeos difundiendo sus conocimientos y a la vez escribiendo sus libros. Falleció en 1962 en Niza, Italia.

Durante toda su vida La Ferrière escribió 99 textos “de características y extensión diferentes que tienen como propósito promover una síntesis de diversas culturas y tradiciones de la sabiduría humana de todos los tiempos”. (<http://www.redgfu.org>). Su discípulo José Manuel Estrada continuó al frente de la GFU en especial en Venezuela y luego en México y quien influyó en los miembros de la red en Ecuador, pues varios de ellos lo conocieron personalmente y tuvieron la oportunidad de compartir con él.

Estrada, al igual que La Ferrière, formó parte de la orden Rosacruz y también de la orden Masónica. En la masonería fue reconocido con el máximo grado, el grado 33, y

en la sociedad Teosófica le eligieron como presidente de la institución para Venezuela. Luego conoció al maestro de la Ferrière a quien ayudó a fundar un Ashram en Venezuela, es decir lugar donde habita un maestro. Luego de recibir el encargo de estar al frente de la GFU, se retiró durante tres años y cuatro meses a una hacienda cafetalera en México, a estudiar y desarrollar las disciplinas aprendidas con La Ferrière. Luego, según dice la misma red, “construyó un nuevo modelo de trabajo para la GFU, como una institución cultural y educativa de carácter internacional” (<http://www.redgfu.org>) y luego de la muerte de su maestro, se dedicó a formar más discípulos y realizar giras a lo largo de América para fundar otros centros de la GFU. Falleció en 1982, a los 82 años, luego de haber formado a una nueva generación de discípulos quienes han continuado con la línea de la red tal como él la concibió.

La red GFU es la parte “externa” de la organización, pero su parte más interna es la denominada Suprema Orden del Aquarius, que se basa en donde sus miembros van adquiriendo grados según el nivel de conciencia y de servicio que va adquiriendo y de práctica.

Aunque sus miembros no suelen detallar cómo funciona la orden se conoce que para ascender de grado, una persona con un grado mayor reconoce que estás en el punto para ascender y te otorga así el grado. Durante la formación en cada grado se van aprendiendo más detalles sobre cosmobiología, astrología y otras ciencias denominadas “sagradas” y practicándolas en la vida diaria. El grado máximo es el de gurú.

Además las figuras del maestro y del discípulo son fundamentales, así como el servicio a los demás, sin remuneraciones, ni reconocimientos.

La red a nivel externo realiza encuentros mundiales para la Fraternidad Humana, encuentros internacionales de yoga, encuentros de artes marciales, también se ofrecen programas de formación en salud, ecología, alimentación, educación, yoga, cosmobiología, arte y cultura, artes marciales, entre otros.

En el Ecuador, la red GFU se fundó en 1973, y desde ese año ha ido desarrollando y ampliando sus actividades. Ahora cuenta con 50 miembros comprometidos y más de 100 alumnos que asisten a los diversos talleres de yoga, nutrición, preparación para el parto natural, cosmobiología, cosmogenética. También ofrecen clases gratuitas de yoga en Quito en los parques, en el Itchimbia, Carolina y Metropolitano. Los miembros más comprometidos, en general también se han adherido a la Suprema Orden del Aquarius.

Ahora la GFU está buscando tener un *ashram* (lugar de encuentro de maestro y discípulo) donde se llevan las disciplinas más estrictamente, se comparte con el maestro.

### **3. Religión o filosofía**

#### **-Zen**

Según el diccionario de la Real Academia Española, religión es un “conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto” (1992: 1763).

Pero ¿se aplica esa definición al budismo zen? ¿se trata de una religión con todo un sistema de creencias y dogmas a seguir o es más bien un camino que habla del despertar espiritual que se logra a través de una práctica explícita, pero que no implica una regla, una exigencia?

Según Vera de Khon, es importante que “el zen es areligioso y apolítico, salió del budismo, pero no exige el budismo” (Kohn, entrevista 08/02/19). Ella reconoce que una vez que introdujo la práctica del zen en Quito, éste se vinculó con una raíz católica, tomando en cuenta que se unió con el padre Vinicio Rueda para iniciar el grupo de meditación.

Sin embargo, ella aclara que el zen, y su práctica en Ecuador, no se vincula con nada de la religión católica porque:

(...) el catolicismo es importado...el catolicismo ha sacado a la gente de la unidad. La gente aquí vivía como parte de la naturaleza, formaba parte de los animales y las plantas, formaba parte de la totalidad del paraíso, esa una totalidad inconsciente. Luego vino la invasión española con la dualidad. Uno tiene que imaginarse lo que es para un niño de 3 años, que le dicen si tu no crees en ese Cristo te vamos a cocinar en este caldero que se llama infierno, entonces se rompió la fe básica en la cual vivía la gente antes (Ibid).

Así, ella afirma que el aporte del zen para el Ecuador es:

(...) volver a ese estado de ser parte de la naturaleza”, pero “de manera consciente y ese es el camino del zen: de ser la naturaleza, no en la naturaleza, sino de ser el cosmos, a nuestra manera, a nuestra forma humana. Nosotros somos los insectos, los animales, las

fieras, todo eso es una unidad y el hombre tiene que ser esa unidad a la manera humana. Nosotros manifestamos lo divino, pero no somos dioses. Todos tenemos la misma fuerza especial, que es lo divino, lo cósmico, a su manera, pero nosotros no somos dioses (Ibid).

En ese sentido, ella afirma en su libro, que:

(...) la mayoría de las personas pertenecen a una religión, sin embargo, carecen de religiosidad. Las religiones muestran el camino hacia la religiosidad, pero no siempre se recorre bien este camino. (...) La religiosidad es una manera de estar en el mundo (una cualidad netamente humana)”. Es tener la certeza del privilegio que significa el poder unirse a un poder indivisible, impalpable, que está más allá de la voluntad individual y que para ser conocido necesita de la plena conciencia del hombre (...) La religión, en cambio, muestra a los grandes grupos humanos determinadas verdades y dogmas en los cuales tienen que creer y conductas que deben practicar a fin de lograr la “felicidad”, ya sea en el presente o tal vez en un futuro. Las religiones exigen obediencia y fe, tienen ceremonias, reglas y leyes (Khon, 2006: 159).

Ella afirma que:

(...) las religiones prescriben comportamientos, entregan reglas. La religiosidad es subjetiva, exige la afiliación total de cada persona. (...) [Se encuentra la religiosidad} cuando sales de la obediencia ciega y pasas a la experiencia vívida y transformadora. En esta experiencia, lo que antes era un deseo se vuelve realidad; lo que estaba mudo empieza a hablar; lo opaco brilla; las diferencias se unifican en un solo todo o nada que aparece y desaparece, pero que siempre deja una huella (Khon, 2006:: 160).

Pero explica que la religiosidad, según su experiencia personal, “es tan indispensable como el agua para nuestra sangre” (Ibid: 160)

La religiosidad vive en cada ser humano; cada individuo es su propio santuario y es responsable de éste. Cuando hay religiosidad, no puede haber descuido, ya sea en la casa, en la salud, en el cuerpo o en lo que quehaceres diarios. La religiosidad santifica la vida diaria y nos hace tratar cada objeto con amor y respeto. Cada palabra es fertilizante. La religiosidad no predica sino que muestra, despierta, armoniza! Pero afirma que “los grandes grupos humanos quieren oír qué es lo correcto; necesitan ritos que inspiren sus sentimientos” y también guías que con su religiosidad “transmitan su propia armonía. (Ibid: 161)

En ese sentido, el psicólogo clínico Mario Müller, en el prólogo del libro de Khon, afirma que durante sus sesiones personales con Vera, se dio cuenta “que la espiritualidad es algo enteramente individual, personal, íntimo e intransferible (...)

Aprendí a respetar tanto al corazón como a la razón y fui consciente de que mis dudas procedentes de la razón podían convivir en perfecta armonía con mis creencias, con mi espiritualidad” (Ibid: 3-4)

¿Pero qué busca el ser humano?, se pregunta Khon, y responde:

(...)el niño que perdimos antes de entrar a la dualidad de quien juzga, compara, rechaza o acepta, de quien busca en situaciones externas su identidad perdida, su integridad... todos hemos perdido a ese niño. Nos han enseñado cosas, nos han enseñado diferencias, pero no nos han enseñado a mantener lo esencial, lo absoluto, lo incorruptible. Por eso nos hemos convertido en seres duales, alejados del cosmos, que no es otra cosa que nosotros mismos (Ibid: 162).

Este es el drama también de los miembros de la clase media: no tenemos una identidad definida, hemos aprendido muchas cosas, queremos ser otras, pero no nos damos cuenta de que ya somos para desde allí formar así nuestra propia identidad. “En religión pura, cada uno asume su responsabilidad: esa persona ya no puede culpar de sus males a los vecinos, al gobierno o a los padres” (Ibid: 164).

De allí hace otra diferenciación sobre lo espiritual:

(...) que comienza con una vivencia religiosa que, en mi experiencia, está más allá del dogma... es una vivencia no-intelectual, que no puede ser descrita, clasificada o explicada mediante categorías racionales (...) La meditación es un camino hacia ese “vacío” del que habla el zen, donde el pequeño yo muere, disolviéndose en la totalidad”. [Así cita a Durkheim quien afirma que] “el pequeño yo está encadenado a seres queridos, costumbres, ideas, deseos y a la vida misma. Es un egoísta que quiere la vida y lo que ésta puede ofrecerle para su propia satisfacción. Está separado de la totalidad. (Ibid: 164)

La iniciación permite al hombre darse a luz a sí mismo después de pasar por el abandono consciente del yo.

Llevar al hombre a la totalidad después de la dualidad.

Volver al uno, a donde se es uno con todo.

La visión del todo uno.

Encontrar la esencia de la naturaleza búdica. (Ibid: 192)

Daisetz Teitaro Suzuki (1870-1966), nacido en Japón y practicante del zen, es uno de los escritores que ha ayudado a difundir el zen en Occidente. Además tradujo literatura china, japonesa y sánscrita. Según Suzuki, el zen no es ni filosofía ni religión porque básicamente la propuesta básica del zen es que no hay conceptos sobre la vida y solo

propone sentir la vida. Es decir, no busca ninguna elaboración mental sobre lo que ya es y en general las religiones y las filosofías se caracterizan por elaboraciones mentales sobre la realidad, explicaciones, conceptos, palabras. “sería un error decir que el Zen es una religión, en el sentido de la Cristiandad o el Mahometanismo” (Susuki ,1973: 50), dice el autor, porque no cree en un Dios específico, aun que tampoco niega su existencia y tampoco tiene rituales, ni preceptos morales. Pero al mismo tiempo, dice Susuki, tampoco es una filosofía, ni un sistema de meditación, porque en el zen, “no hay objeto sobre el que fijar un pensamiento”, y por tanto no puede ser llamado “ni monoteísta ni panteísta”. (Ibid: 50)

“El Zen busca demostrar que vivimos psicológica o biológicamente y no lógicamente” (Ibid: 83) es decir, que debido al pensamiento, a la elaboración de conceptos e ideas sobre la vida, creemos que ésta tiene una secuencia lógica, pero la realidad no es así, es simplemente la realidad y el zen propone sentirla, vivirla, experimentarla profundamente. El autor afirma que:

(...) en la lógica hay una huella de esfuerzo y dolor; la lógica es autoconsciente y de igual modo es la ética que es la aplicación de la lógica a los hechos de la vida. (...) La vida es un arte, y como arte perfecto ha de ser autoolvidable; no debe haber huella alguna de esfuerzo ni de sentimiento doloroso. La vida, de acuerdo con el Zen, debe vivirse como un pájaro vuela por el aire o un pez nada en el agua. Tan pronto hay signos de elaboración, el hombre está predestinado, no es más un ser libre (Ibid: 83-84)

Según Susuki, el zen,

(...) no es una religión en el sentido con que el término se entiende popularmente; pues el Zen no tiene un Dios para adorar, ni ceremonias rituales que observar, ni morada futura a la que estén destinados los difuntos y, en última instancia, el Zen no tiene un alma cuyo bienestar alguien deba procurar y cuya inmortalidad es materia de intensa preocupación de algunas personas. El Zen está libre de todo estos impedimentos dogmáticos y “religiosos” (Ibid: 48-49)

Sin embargo, Susuki, afirma que al no tener un Dios, el Zen tampoco niega la existencia del mismo: “En el Zen a Dios no se lo niega ni se lo ratifica; solo que en el Zen no hay un Dios como el concebido en las mentes cristianas y judías. Por la misma razón de que el Zen no es una filosofía, el Zen no es una religión”. (Ibid: 49)

Tampoco, dice el autor, tiene un fin “sectario” (Ibid : 56), y en ese sentido, “tanto cristianos como budistas pueden practicar el Zen así como el pez grande y el pequeño

pueden vivir contentos en el mismo océano. (...) Zen se revela en la vida más común y normal de un hombre corriente de la calle, reconociendo el hecho de vivir en medio de la vida como se lo vive (Ibid: 57)

Susuki dice que el zen es místico: más bien porque “desafía el análisis de la lógica” como rasgo más característico del pensamiento occidental. En ese sentido es místico, porque así es el pensamiento oriental, dice Susuki, que “no se preocupa tanto por la elaboración de particularidades como por una muy amplia captación del todo y esto intuitivamente” (Ibid:42) . En ese sentido, afirma que el zen es “la antípoda de la lógica” (Ibid: 47)

## **-Yoga**

Para Gladis, miembro de la GFU, practicante del yoga y profesora también de *hatha* yoga, “el yoga no es una religión” y lo diferencia de un sistema estructurado en el que hay que creer en dogmas y en que principalmente se considera que el Dios está en uno mismo.

El yoga nos da herramientas para que profundicemos más en nosotros mismos, conociéndonos nosotros mismos, podemos conocer mejor el entorno, saber que todos los seres humanos estamos hechos de los mismos elementos, igual que la existencia misma, se basa. Conociéndose uno puede entender mejor el cosmos y su manifestación, podemos entender mejor a quien tanto hemos implorado y a quien tanto hemos llorado, a ese Dios (Gladis, entrevista, 08/05/13).

En ese sentido, afirma sentirse “identificada” con el catolicismo y explica que,

(...) las religiones llenan esos vacíos que a veces el ser humano experimenta y que a unos nos llena y otros buscamos algo que nos satisfaga más. Si participo de las reuniones, de las mismas, no muy frecuentemente, pero no lo he dejado de lado. Me viene de una tradición familiar, es la cultura religiosa que recibí de mis padres. Ahora me siento más identificada con lo iniciático, el sentir que a todos los seres nos cobija el mismo manto, que venimos del mismo padre y madre. (Ibid).

En la discusión académica sobre la religión, la religiosidad y la espiritualidad, cabe preguntarse si el estudio de las prácticas de yoga y de zen se enmarca dentro de los estudios sobre religión dentro de la antropología

Según Bowen el tema de la religión,

(...) no es solo asunto de la academia, sino parte de la realidad social que estamos estudiando” [y plantea comprenderla como ] ideas y prácticas que postulan realidad más allá de los inmediatamente disponible a los sentidos, [pero también en el sentido de ] “las personas construyen su mundo” . [En sentido más amplio, considera a la religión como un] “sistema siempre cambiante de creencias (incluyendo las doctrinas), las prácticas (incluyendo los rituales formales) y las instituciones sociales (Bowen, 2005: 3-4),.

El autor señala que “lo que llamamos religión puede parecer muy diferente de una sociedad a otra: en la importancia relativa de un sistema compartido de creencias, en el grado en que la práctica religiosa envuelve emociones, en las funciones sociales y en los contextos asociados con las prácticas religiosas” (Ibid: 4).

Pero además, el autor destaca la importancia de comprender a la religión no como una esfera separada de la vida cotidiana, como se comprendieron las prácticas europeas en el siglo dieciocho, sino como algo no distinto del resto de la vida (Bowen, 2005: 3). En ese punto, propone también la necesidad de que los estudios antropológicos incluyan la “diversidad de los entendimientos religiosos y prácticas hasta en las sociedades de pequeña escala” y esto porque “la antropología ha sido casi siempre muy poco atenta a la diversidad” (Ibid: 9).

Por tanto, la práctica del budismo zen y del yoga, puede ser comprendida como ese sistema de creencias, pero también su estudio debe tomar en cuenta a las prácticas y a las instituciones que están involucradas y relacionadas con ese sistema. Tanto el zen como el yoga promueven no solo un tipo de práctica cotidiana para encontrar la sanación y contacto con el ser interior, sino también conjunto de preceptos a seguir, como el camino óctuple incluye el recto hablar, entre otras ideas, y al mismo tiempo ha generado instituciones definidas que persiguen objetivos específicos.

El estudio de la religión tiene que ver además con la investigación de una práctica que está presente en la vida cotidiana de Quito, que existe y que no ha desaparecido como se pensaba dentro del proceso de secularización en el tránsito hacia una ciudad moderna. Como dice Martínez (2005) dos de los presupuestos de la teoría de la secularización que afirman que “la religión va a decaer paulatinamente en el mundo moderno y de que se va a restringir a la esfera privada e individual no son empíricamente cierto o necesarios”. (Ibid: 23)

Para comprender cómo acercarse al estudio de una religión, Max Weber (2002) propone, más allá de definir qué es una religión, tratar “las condiciones y efectos de un determinado tipo de acción comunitaria” y afirma que la comprensión de esa acción” se puede lograr solo partiendo de las vivencias, representaciones y fines subjetivos del individuo – Esto es, a partir del “sentido-, pues su curso externo es demasiado polimorfo”. (Ibid: 328) Pero de manera puntual el autor analiza el tema de la religión como parte de su estudio de las comunidades que existen en la sociedad, entre ellas la ética, la doméstica, por tanto expresa el carácter comunitario que genera la práctica religiosa.

Se trata de estudiar, por tanto, según Weber, “la acción religiosa”, que, dice, se realiza “para que te vaya bien y vivas largos años sobre la tierra”, como un resumen de los objetivos más amplios de todas las acciones religiosas, desde las más primitivas, has las que se practican en las ciudades (Ibid: 328).

Además en el capítulo sobre “estamentos, clases y religión”, Weber expresa que existen diferencias en esas acciones y representaciones religiosas entre, por ejemplo, la clase burguesa y los campesinos. Así, afirma que “la pequeña burguesía tiende como es comprensible, de un relativamente intenso y en razón de su vida económica, a una religiosidad ética y racional”, a diferencia de la religiosidad del campesinado donde “existe una unión mucho más fuerte con la naturaleza” (Ibid: 387)

En ese sentido, el autor afirma que la búsqueda de la “salvación” en la práctica religiosa está más ligada a la “indigencia o a la opresión económica o social”, mientras que, dice, “las capas privilegiadas positivamente en lo social y en lo económico apenas si sienten la necesidad de la salvación”. Más bien adscriben en primer término a la religión la función de “legitimar” su propio estilo de vida y situación” (Ibid: 393) Esas capas más privilegiadas, según el autor, buscan “bienestar anímico suministrado por la idea de la legitimidad de la felicidad”, en relación con los “menos felices” y afirma que “la legitimación, en este sentido interno, es lo que piden interiormente a la religión los privilegiados positivamente, si en general piden algo” (Ibid: 393).

Pero también explica que la búsqueda de salvación de las capas aristocráticas está ligado a “un matiz de salvación específicamente intelectual”, que tiene que ver con la salvación de la “indigencia interior”, de buscar un “sentido único a su vida (de los intelectuales), buscar unidad consigo mismo, con los hombres, con el cosmos” (Ibid:

403). De allí que explica el nacimiento de una “doctrina esotérica o una ética estamental distinguida”, que se separa de las religiones de masas, y que “corresponde a las necesidades de la gente con formación intelectual”. Entre esas doctrinas, Weber propone como ejemplo al ritual budista (Ibid: 403).

Weber destaca como una parte importante de toda religión lo que denomina las “técnicas de salvación” como una “búsqueda de autoperfeccionamiento” (Ibid: 423-426) que significan “la superación de determinadas apetencias o afectos de la ruda naturaleza humana”. Dentro de esa búsqueda, el autor señala también la importancia de los rituales en los que “los ritos se practican como símbolos de lo divino” y como parte de las prácticas de una comunidad religiosa.

El ritual, como parte de la religión que Durkheim concibe como “relativa a las cosas sagradas” (cit. en Lambeck, 2002: 9), es una “forma particular de acción”, que tiene que ver con la “creencia” en cuestiones “sagradas o profanas” (Ibid: 43). En ese sentido, para el autor, apunta el ejemplo del budismo y dice que “lo que lo hace una religión es que, en ausencia de dioses, acepta la existencia de cosas sagradas, llámense las Cuatro Nobles Verdades y las prácticas que se derivan de ellas”. (Ibid: 43).

Así Durkheim define a la religión como “un sistema unificado de creencias y prácticas relativo a las cosas sagradas, es decir, cosas puestas aparte y prohibidas-creencias y prácticas que unen en una sola comunidad moral” (cit. en Lambeck, 2002: 46). Es en ese sentido que el autor destaca la importancia de la “cualidad simbólica de la religión” y a su poder para permitir a la “sociedad trascenderse a si misma, tanto para sobrellevar las urgencias violentas y egoístas” (Ibid: 35)

De esa manera, el ritual, como parte de una práctica religiosa, organiza de cierta manera el orden de la vida, frente a la constante sensación de desorden, de inestabilidad que presenta para nuestro caso, la modernidad.

En ese sentido, Vera de Khon recalca que ella dejó de lado los rituales típicos del budismo en su práctica de la meditación zen, pero solo para no confundir a los practicantes ecuatorianos que en su mayoría tienen una matriz católica, para que, como dice ella, no sintieran que tuvieron que dejar su propia religión para meditar.

Sin embargo, ella como psicóloga confirma la importancia del ritual en la vida de un ser humano: “el niño necesita el ritual que le hace sentirse protegido e integrado a su entorno, para desde allí poder elevarse hacia lo absoluto”. (Khon, 2006: 23). Lo explica

de esa forma, al narrar cómo fue su propio paso brusco de la infancia a la vida de casada y el cambio de ritual de la navidad de su familia judía a la familia judía ortodoxa de su esposo.

Esa práctica ritual lleva al estudio del término “comunitas”, desarrollado por el antropólogo estadounidense Víctor Turner (1979), que abre un camino más hacia la comprensión de la práctica del zen y del yoga. De hecho el mismo autor (Ibid: 113) afirma que las expresiones de comunitas y de estructura, no solo pueden encontrarse en sociedades tradicionales, sino también en todos los estadios y niveles de la sociedad y la cultural. El concepto de comunitas, tiene que ver con la etapa liminal de los ritos de pasaje en la que un individuo pasa a una fase de marginalidad, de ambigüedad que genera una unión más allá de la estructura de la sociedad. Esa comunitas, como dice el autor es una “modalidad de relación social”, distinta al término “comunidad” que tiene que ver más con un área común de vivienda. (Ibid: 96)

Al explicar el concepto, Turner (1979) utiliza el ejemplo de los grupos *hippies* y del budismo zen: así como el hippie enfatiza en la espontaneidad, en la inmediatez, en la existencia, *communitas*, tiene que con el ahora, cuando la estructura está enraizada en el pasado y se extiende hacia el futuro a través del lenguaje, de la ley, de la costumbre (Ibid: 113). “La formulación zen: todo es uno, uno es nada, nada es todo, expresa bien el carácter global, sin estructura aplicado a la comunitas”, dice el autor (Ibid: 96). La idea es que, como ocurre en el caso de los retiros de varios días de yoga o de zen, así como en el marco de los ritos de pasaje, “el hombre sale de la estructura a la *communitas* solo para retornar a la estructura revitalizados por sus experiencias de *communitas*” (Ibid: 219). Se trata de vivir una experiencia que Turner denomina “sagrada” para el caso de la *communitas* “porque transgrede o disuelve las normas que gobiernan las relaciones estructuradas e institucionalizadas y está acompañada por una experiencia de una potencia sin precedentes”. (Ibid: 128)

El estudio de esta *communitas* dentro de una investigación sobre prácticas religiosas, como lo detalla Weber, tiene que ver, desde la antropología, con “apreciar la complejidad intelectual, la riqueza estética, la profundidad moral de las construcciones y prácticas de otras personas” (cit. En Lambeck, 2002: 13).

Porque desde la antropología, como dice Lambeck (2002), lo importante en el estudio de la religión es “que se ha aprendido a comprender como ciertas ideas y prácticas se

convierten en naturales e inevitables para quienes las siguen” (Ibid: 13).. Pero de manera específica, la antropología, según el autor, ha permitido comprender “que lo social y lo simbólico están indisolublemente conectados: todo lo que es social significa y las prácticas significantes son simultáneamente socializantes”. (Ibid: 13).

### **III: Los sujetos, los practicantes**

En este capítulo busco contar quienes son estos sujetos que practican el yoga y el zen, por qué lo hace, cómo empezaron la práctica, qué hacen en su vida cotidiana para de esa forma comprender las rutinas de la clase media a través de sus prácticas, indagar en sus historias personales.

Abordaré primero los motivos por los que las personas llegaron al zen o al yoga, es decir las historias previas a la práctica, las motivaciones. En el inicio de esa sección se incluye mi propia experiencia. En este mismo punto incluiré, por que están íntimamente relacionados, por qué continúan practicando. Aunque en el anterior capítulo se trató el tema del zen y del yoga por separado, en este se abordarán juntos, pues más bien se dará importancia a la descripción de los sujetos. Luego trataré sobre las rutinas cotidianas, cómo se vinculan el trabajo, la práctica espiritual, las relaciones personales, con la familia, y la adopción en la vida de las disciplinas que van junto con la práctica. En una tercera parte abordaré el tema de la clase media, cómo los mismos sujetos se ven a sí mismos, cómo conciben a la clase media e intentaré responder si este tipo de práctica configura o al menos ayuda configurar una identidad de clase.

Empecé esta búsqueda espiritual para llenar el vacío que había en mi vida, hace casi cuatro años. Había pasado por el jardín de infantes, la escuela, el colegio, ingresé a la universidad y luego a una maestría esperando que al final de toda esa carrera de estudios, la felicidad llegara a mi vida y me sintiera un ser humano completo. Pero no fue así. Terminé las clases de la maestría y nada sucedió. Además por otros problemas personales sumados a esta circunstancia entré en una verdadera crisis personal. No sabía para dónde ir, qué camino tomar. Lo increíble es que cualquiera que me veía hace cuatro años hubiera dicho que no me faltaba nada en la vida para estar bien: había podido comprar un departamento, tenía una pareja estable con quien tenía una relación desde hace varios años, aunque todavía no nos habíamos casado, un trabajo como periodista en el que yo misma era mi jefa y por lo tanto ingresos estables que me permitían vivir una vida relajada en ese sentido. ¿qué me faltaba? A nivel interno había un hueco: yo no sabía quién era, qué quería, qué me gustaba. El ejemplo más claro que

puedo recordar es que no sabía de qué tema escribir mi tesis. Nada me atraía, no tenía ningún interés en ningún tema específico.

Los días pasaban en la rutina de trabajar, comer (y por cierto bastante mal, muchas golosinas que acabaron con mi salud), dormir, reunirme con algunos y algunas amigas, pasar tiempo en mi departamento y compartir con mi pareja.

Entonces, entre otras ayudas, alguien me sugirió que fuera al Centro de Desarrollo Integral, donde había un grupo de psicólogos entre los que podría escoger a alguno e intentar hablar, expresar mis sentimientos e intentar sentirme mejor.

También inicié, gracias al ejemplo de mi pareja que ya había empezado a buscar un estilo de alimentación más saludable, a cuidar de mi salud que tanto había abandonado.

Desde el colegio sufría de una anemia crónica grave que iba y venía según si tomaba o no pastillas de hierro. Pero el problema de fondo, como me dijo recientemente un homeópata al que visité es que no estaba consciente que la anemia quería decir algo más: no quería vivir... me estaba matando lentamente a mi misma. Ahora creo que no fui de las personas que deciden, tal vez con una mayor fuerza de carácter y de desesperación, tomar una pistola y dispararse en la cabeza, sino más bien de matarme poco a poco, no directamente, a través del maltrato a mi cuerpo con la comida chatarra, los dulces, la falta de ejercicio. Puede parecer un poco exagerado, pero si se suman cerca de 10 años de vivir así, se comprende el nivel crítico de anemia que padecía. Un médico llegó a decirme en esa época que en Estados Unidos ya me habrían internado en un hospital para hacerme una transfusión de sangre.

Ahora recordando esa época creo que yo vivía la crisis también de identidad, de personalidad como clase media: por un lado, por el externo, parecía que vivía una vida que se ajustaba a las normas, a lo que la sociedad establece, pero en el fondo, en mi interior, vivía otra vida, una vida de autodestrucción, de infelicidad, de depresión, de un vacío que intentaba llenar con otras cosas como los chocolates diarios, las gaseosas, o las sesiones eternas de películas y series del cable en la televisión.

Una doble vida, no era una vida, eran dos.

Así llegué a las clases de yoga para mejorar mi salud general, junto con el cambio de alimentación – que en realidad fue empezar a desayunar, almorzar y merendar comida real y no chatarra-. Asistía a las clases tres veces por semana.

Creo que el paradigma de la educación me afectó de manera especial en la conformación de mi personalidad, de mi identidad. Crecí con la idea que estudiar aseguraba gran parte de la existencia, que era el pilar de la vida de cualquier persona en esta sociedad, que sin ella no sería nada y sería muy difícil encontrar un trabajo. Esto en especial porque mis padres eran de clase media: por un lado eran profesionales y ejercían su profesión como empleados en empresas particulares o públicas, no teníamos una casa (la tuvimos en Guayaquil donde compraron un departamento que luego vendieron con ayuda de la Junta Nacional de la Vivienda) y siempre tuvimos que arrendar, tampoco tuvimos siempre un auto (aunque por temporadas sí tuvimos un auto de segunda mano y solo una vez un auto marca Lada nuevo que luego lo vendieron). Los ideales de la educación como centro de la vida entraron también en crisis hace cuatro años cuando terminé las clases de la maestría. ¿y ahora? Me pregunté ¿no se supone que debería sentirme contenta? Ya he hecho todo lo que debería hacer ¿y?

Y es que la educación como pilar fundamental de la vida, han sido esos rasgos de distinción que han marcado a mi familia, al menos la de mi lado materno. Vengo de una familia, por el lado materno, de siete hijos, incluida mi madre. Mi abuelo materno, nacido en la provincia de Los Ríos, tenía solo un hermano y desde los inicios de su juventud estudió para ser un sacerdote. Pero – y esta es la historia que cuenta mi madre y que he escuchado desde la infancia- lo acusaron de algo injusto, algo que él no había cometido y le pidieron se arrodille en granos de maíz frente a todo el seminario. Mi abuelo no lo hizo porque según él era injusto. Se fue a Riobamba a hablar con su tío que era cura de Guano, y le prometió que iba a cumplir la sanción por él, pero que luego se retiraba del seminario y así lo hizo. Aunque la carrera sacerdotal no la culminó –gracias a eso estoy escribiendo esta tesis- mi abuelo siempre continuó cultivando su propia educación, le gustaba leer, leía en inglés y también en latín.

Se casó en Bahía de Caráquez con mi abuela y tuvo a sus siete hijos. Durante su estadía en Bahía trabajó para la Cervecería Nacional como representante oficial en Manabí. La familia luego migró, cuando mi mamá tenía 10 años, hacia Quito. Mi madre dice que mi abuelo quería que sus hijos conocieran la capital y en especial el centro histórico de Quito. Así llegaron a vivir en una casa cerca del muro del convento de San Francisco.

Fue en esa misma época en que mi madre recibió la primera comunión de la Iglesia Católica y como parte de las asignaturas del colegio católico San Carlos entre ella y otra compañera ayudaban a una anciana pobre.

Pero el clima de Quito afectó a mi abuela y migraron nuevamente hacia Guayaquil, donde mi madre terminó de estudiar el colegio. Estudió en un colegio nacional, donde se graduó con la máxima calificación. Todos los hijos fueron a la escuela y al colegio. Pero la única que entró en la universidad y culminó sus estudios fue mi madre.

Mi abuelo paterno se casó en Riobamba con mi abuela y tuvieron cuatro hijos. Luego de dedicarse un tiempo a trabajar en pequeñas propiedades cercanas a Riobamba, entró a trabajar como burócrata en el ministerio de Obras Públicas. Mi padre, el último de los cuatro, estudió sus primeros años en un colegio católico en Riobamba y luego ingresó en un colegio nacional y estudió la universidad, la cual terminó por completo al presentar su tesis cuando yo tenía como cuatro años de edad. Mi padre creció siempre valorando mucho el trabajo en la tierra, la relación con los indígenas, luchando en contra de las desigualdades y las inequidades tanto en Riobamba, en Quito y luego en Guayaquil donde terminó la universidad.

Mis padres se conocieron en Riobamba, donde mi madre iba a pasar vacaciones. Una tía mía ya se había casado con otro riobambeño. Mi padre estudiaba en la universidad Central y luego de un tiempo se casaron y vivieron en Guayaquil. Era el final de la década de los años sesenta y militaron en grupos de izquierda.

Así fue que se juntaron estas dos historias familiares, de unos padres, ambos últimos hijos, que vivieron en una época en la que en el país nacían además grupos de izquierda. Pero además en medio de familias, por el lado de mi madre, migrantes y por el lado de mi padre, que siempre buscaron tener un buen nivel económico, pero que no llegaron a tener grandes fortunas.

Mi madre, con su tendencia acuariana, de salvadora del planeta, como yo le suelo decir, siempre ha buscado que mejoren las condiciones de la sociedad ecuatoriana. Mi padre, enfocado en la misma búsqueda, pero más hacia la revalorización de la parte indígena.

Con nosotros tres -soy la hija mayor de tres hijos: un hermano menor, una hermana intermedia y yo- mis padres siempre enfocaron todos los esfuerzos a tener segura la educación. Aunque no teníamos casa propia, mis hermanos y yo estudiamos tanto en

escuelas, colegios y universidad privada. Solo así, y con toda esta breve historia familiar, en la que no todos los tíos y tías pudieron ingresar a la universidad, es que puedo comprender cuán hondo llegó a mí lo que llamo el “paradigma de la educación” en mi vida como una base para la felicidad.

Este enfoque en la educación, ligada al compartir todos los días con compañeros y compañeras que tenían mejores situaciones económicas que la nuestra, marcó mi vida en los años de colegio y universidad. Estudié en un colegio de clase media alta y luego, con una beca, en una universidad de elite. Siempre me relacioné con personas que tenían casa propia, al menos dos autos por familia, que podían pagar con tarjeta de crédito la colegiatura, mientras nosotros hacíamos cola en un banco para pedir préstamos. Estas diferencias, estas carencias, como yo las veía entonces dejaron en mí un sentimiento también de frustración. Entonces la idea de estudiar y tener una profesión era la única forma de llegar a alcanzar y tener todas esas cuestiones materiales, que yo pensaba, me permitirían estar contenta en la vida.

Pero también en el ámbito de lo espiritual y de las prácticas religiosas, crecí en medio de una familia en la que tanto mi padre como mi madre tenían una postura muy crítica hacia la iglesia católica. No íbamos a misa nunca y siempre escuché comentarios en contra de todo lo que tenía que ver con la jerarquía de la iglesia católica y también en cierta forma las creencias y dogmas de fe. Sin embargo, estudié en un colegio en Quito en el que a cierto punto de la infancia todas las niñas se preparaban para hacer la primera comunión. Aunque no había recibido el bautizo, finalmente participé también en esos cursos de preparación. A los 11 años me bautizaron, pero en una iglesia del sur de Quito, con un padre bastante “revolucionario” como decía mi madre y solo así una semana más tarde pude hacer la primera comunión con el resto de mis compañeras en la iglesia de Santa Teresita en el norte de la ciudad.

Creo que nunca tuve una idea de Dios o de algo más allá. Mis padres siempre habían criticado mucho la idea de un Dios como una explicación final de la creación del universo y yo crecí con que todo lo que no tuviera una explicación racional, no era válido y también con una cierta tendencia a despreciar a quienes creían en un Dios creador del universo.

Solo fue hasta cuando ingresé en el yoga, cuando empecé a ver que muchas personas se aferraban de una idea de un ser superior a ellas mismas para tener fortaleza y vivir el día

a día que empecé a abrir mi mente y permitir que ingresaran otras ideas a nivel espiritual.

Con otros procesos internos he podido aceptar la idea de que formo parte de un universo inmenso, que solo soy un mínimo grano de arena o algo menos que eso, y que hay muchas cosas que no puedo explicar. Que hay muchas leyes y fuerzas en este mundo que no puedo controlar. No sé si tengo una idea concreta de Dios, pero sé que no soy el centro de todo, que el ser humano no lo es todo en este mundo y que seguro hay algo más en esta vida, algo más allá de todo este pensamiento racional.

Veo que en mi vida la educación, la idea de ser alguien en la medida en que tienes un título y un conocimiento especial en algo, me llevó a tener un ego tan grande que me impidió tener una vida espiritual que implica, ahora lo entiendo, bajar en cierta medida el ego y comprender que no lo controlo todo, que no lo puedo entender todo.

### **1.-Por qué llegó al yoga y al zen: ¿por qué lo practica?**

Quienes llegan al zen o al yoga lo hacen tras enfrentar una crisis personal fuerte, una ruptura emocional ya en la edad adulta, junto con una búsqueda espiritual, de “algo más”, para llenar el vacío en la vida, como expresaron mis informantes. Pero también existen casos en que la llegada ocurrió desde muy temprano en la vida, casi en la adolescencia, como una respuesta a preguntas trascendentales sobre la vida y como algo que apareció como una opción de vida. Aunque la adolescencia también puede ser comprendida como una etapa crítica en la vida de una persona.

Los practicantes coinciden en la necesidad de “encontrarse a sí mismo” como parte de ese objetivo de llenar el vacío en sus vidas. Al respecto, Foucault, al tratar sobre las “tecnologías del yo” (1991: 81-82), afirma que el cristianismo en sus prácticas más antiguas busca que sus fieles se conozcan a sí mismos pero a través de rituales en los que se reconocían como pecadores. Luego de reconocerse como tales, realizaban penitencias que tendían como fin, “la revelación de sí”, pero al mismo tiempo ese conocimiento del ser como pecador implicaba con la penitencia una “ruptura con la identidad pasada” (Ibid: 86), una “renuncia de sí mismo”.

Por otro lado está la tradición estoica, según explica Foucault, buscaban el conocimiento de sí mismos, a través de un examen de conciencia diario, de disciplinas y

ascetismo, en general, de una concentración diaria en sí mismo, de la “preocupación por sí”.

Foucault afirma que “somos herederos” de esta tradición cristiana de conocerse a sí mismos a través de la renuncia a sí mismo, de “rechazar al sujeto” (Ibid: 54): “Hemos heredado la tradición de la moralidad cristiana que convierte la renuncia de sí en principio de salvación. Conocer a sí mismo era paradójicamente la manera de renunciar a sí mismo” (Ibid: 54)

Según Foucault (1991), se ha dejado de lado la idea de la cultura grecorromana de que el “conocimiento de sí se presentaba como la consecuencia de la preocupación por sí” (Ibid: 55), es decir por las prácticas diarias de “cuidado de sí mismo” de “ocuparse de uno mismo” (Ibid: 50)

Tal vez las personas, que vienen de una tradición cristiana, han sentido esa renuncia de sí mismo y a través de estas prácticas como el yoga y zen sienten que pueden acceder a un conocimiento profundo de lo que cada uno es, sin la interferencia de la penitencia, que lleva a la culpa, al rechazo en fin del ser.

Heelas (1996) afirma que existen problemas con la identidad en quienes son atraídos por los movimientos *New Age* y en especial por las personas “bien educadas” o de “clase media”. Así Heelas explica que: Las soluciones *New Age* atraen a aquellos de clase media o alta cuyas vidas no están bien-o tan bien como ellos piensan que debería ser-y a quienes han perdido la fe en los remedios convencionales. (Ibid: 137)

Adriana, de 33 años de edad, con dos maestrías en ciencias sociales, actual profesora universitaria y empleada en una institución pública es el caso de alguien que llegó primero al yoga y luego a la meditación tras una crisis personal. Su vida ha estado marcada por una búsqueda espiritual que, dice, inició desde muy pequeña.

Su historia me sorprendió y me impactó por el parecido con la mía. Al escucharla en su departamento ubicado en un barrio del norte de Quito, arrendado, donde ahora vive sola, fue como entrevistarme a mi misma. Fue luego de hablar con ella cuando reconfirmé el tema de la esta tesis, pues me di cuenta que mi percepción inicial no estaba errada: no soy la única que vivió este proceso que me llevó al yoga y al zen... a otras personas también les ha ocurrido y puedo escribir sobre eso.

Adriana empezó a practicar yoga en el 2002, con miembros de la GFU, casi al mismo tiempo en que inició una terapia psicológica como una respuesta a unos graves problemas de salud relacionados con su útero. Desde allí empezó a encontrar la relación entre las enfermedades, las emociones y el espíritu. “Llegué a la psicología porque estaba muy enferma, tenía dolores muy fuertes en el útero y tenía microquistes y me dijeron que esos tienen que ver con la psicología y me enviaron a hacer terapia. Cuando fui a la terapia vi la relación con las emociones y tu espíritu con las enfermedades corporales y como ese era el camino para poder sanar” (Adriana, entrevista, 08/03/01) Así empezó a hacer yoga por unos meses y descubrió grandes cambios a nivel físico, pero en especial a nivel emocional.

“Encontré al Nelson y a su esposa, ellos tenían otra forma de presentarte las cosas y ellos ponían mucho énfasis en el yoga. Me empezaron a pasar muchas cosas inmediatamente. A las dos semanas decía siento muchas cosas en el momento del yoga, veo cosas, mi cabeza comienza a lanzarme, pero no me respondieron mucho qué era”. (Ibid)

Luego por problemas de horarios, dejó de asistir a las clases, pero estableció una rutina para practicar en su casa. Como dice ella “no quería ir a un gimnasio, no me gustaba ese ambiente que es puro músculo y donde todos los tipos (hombres) están mirándote, donde lo sexosensual está de por medio” (Ibid).

Empezó a practicar en su propia casa una rutina de casi dos horas de duración que la practicaba durante la noche luego de llegar del trabajo o por la mañana antes de salir. Al mes de esa práctica, conversó con su médico homeópata quien siempre ha sido una especie de guía emocional y no solo a nivel de salud porque “sentía que a pesar de estar practicando el yoga me faltaba algo todavía para sentirme bien” (Ibid). Su médico le dijo que “me hacía falta compartir con un grupo, de apoyarme en algo más y me dijo que fuera a meditar con la Vera” (Ibid). Hace varios años, cuando tenía 23, ya había asistido alguna vez a las meditaciones, pero dice que “no era ese el tiempo entonces”. A los 31 años fue que decidió seguir el consejo de su médico y asistir a la meditación.

Fui el primer día y fue como llegar al cielo, es decir, esto es lo que me hacía falta, comencé con el yoga y la meditación los sábados y luego poco a poco te van guiando y te van diciendo que lo hagas todos los días. Luego empecé a meditar 15 minutos, luego 20 minutos en mi casa a diario, luego empecé la terapia con la Vera, empecé a ver todas las relaciones de psiquis con el yoga y el zen, y es alucinante. No le recomiendo a nadie

nada, si alguien si me pregunta, me quedo en blanco, ese ha sido mi proceso, ha sido psíquicamente duro, inexplicable, porque duele, pero es buenísimo... A mi el zen me llegó a los 23 años y no era mi momento y luego me llegó el yoga , pero yo necesitaba una explicación más como tener la película clara e ir entrando a ese camino. Creo que también es una alternativa a la madurez, cuando ya puedes entrar. (Ibid).

Pero el zen también llegó a su vida, luego de enfrentar un divorcio que la dejó “muy golpeada”, pero que significó el inicio de una nueva etapa de su vida. Ella reconoce que toda su vida había estado marcada por buscar la perfección y en especial a nivel educativo, por eso estudió una carrera universitaria y luego dos maestrías y se casó además con un intelectual. El divorcio, para ella, fue también una ruptura con ese mundo intelectual en el que había estado inmersa y darse la oportunidad de conectarse con ella misma.

Hace tres años me divorcié en ese momento salí de esa relación triste, golpeada, sabiendo que ya se había acabado y al mismo tiempo comenzándome a enfrentar a nuevas cosas. Una etapa de mi vida que se acabó. Con ese matrimonio se acabaron muchas etapas de mi vida. Una de ellas es el racionalismo, incluso, porque estaba casada en un intelectual en potencia. A partir de eso empecé a ver muchas cosas de mi, a aceptar otras, a cambiar, a relajarme tanto, a ver como la neurosis del otro se me había instalado en mí como si fuera propia. Fue todo un proceso y luego llegué a estar en mi límite y fue cuando entró la Vera y empecé a hacer psicografismo. Fue todo un proceso de ver racionalmente mi vida desde pequeña”, cuenta Adriana. (Ibid).

Otros como Nestor, Gladys y Gabriela quienes forman parte de la Gran Fraternidad Universal iniciaron la búsqueda espiritual antes de terminar el colegio, entre los 16 y 18 años de edad. No se trató de una crisis personal en la edad adulta lo que los llevó a buscar respuestas a nivel espiritual, más bien fue un encuentro con el yoga que les dio respuesta a varios vacíos que sentían y preguntas que se venían haciendo en su vida.

Nestor es, actual profesor de yoga en su centro, miembro de la GFU, de 51 años de edad e ingeniero de profesión, empezó a hacer yoga a los 18 años luego de que el hermano de un compañero le comentó que también practicaba. “Empecé a tomar unas clases, todo esto de las artes marciales me gustaba veía el programa Kung Fu con David Carradine y creo que ya tenía inquietud espiritual. Empecé esporádicamente y luego ya me inscribí en las clases” (Nestor, entrevista, 08/02/14). Pero al mismo tiempo inició los estudios de ingeniería porque siempre le gustó el tema de la matemática.

Al año de practicar yoga con la GFU, lo invitaron a formar parte de los cursos de formación para *yamines*, uno de los primeros pasos dentro de la orden de la *Aquarius*. Allí conoció el tema del vegetarianismo y decidió “de un día para el otro” hacerse vegetariano. Al año y medio ya daba clases de yoga mientras estudiaba en la universidad. Luego trabajó ocho años como ingeniero hasta que decidió dejar la profesión y dedicarse por completo al yoga.

Nestor explica que su encuentro con el yoga,

(...) fue más bien una necesidad interna, en épocas en las que empezaba a explorar el licor, el tabaco, la marihuana con mis compañeros del colegio, pero siempre sentí que eso no era para mí porque no tenía ninguna situación problemática en mi vida que encubrir con esas cosas. Me di cuenta que eran cosas que se hacían para ser aceptado en un grupo y sentí que eso no me satisfacía... la vez que bebí me sentí tan mal, luego probé otras tres o cuatro veces y dije que eso no me llevaba a nada, no pegó en mí ese tipo de cosas (Ibid).

También la influencia del padre marcó el ingreso al yoga en Nestor, había sido rosacruz en su juventud. “Son cosas de jóvenes, de una búsqueda de una identidad, algunos se van a la protesta, pero a la final todos buscamos un despertar espiritual, algo que nos llene, reafirmarnos como individuos en la etapa de la juventud, en esa transición”. (Ibid).

Gladys, a quien conoció durante el curso para *yamines*, es también su esposa, con quien tuvo cinco hijos. Ella tiene 54 años, es terapeuta naturópata de profesión, es profesora de yoga, dicta talleres de nutrición y de parto natural. Ahora estudia psicología a distancia.

Para ella el inicio en el yoga cuando tenía 20 años está ligado a lo que llama “una búsqueda interior de redescubrir algo que ya había en mi interior”. Se inició en el yoga luego de escuchar la charla de un maestro de la GFU que había venido a visitar Ecuador. “Cuando lo escuché sentí que esto parte de mí, que era lo que andaba buscando”, (Ibid).

“Empecé mi búsqueda en mi etapa de adolescente, buscaba algo porque no me sentía satisfecha con lo que en ese momento tenía y entonces busqué en la política en el arte, en las religiones, estuve mirando varias religiones, no sabía exactamente qué era lo que buscaba, pero sabía que tenía un vacío, era un vacío espiritual. Soy católica, pero sentía que no me satisfacía realmente el catolicismo, hoy con la práctica del yoga podría decir

que soy una mejor practicante de mi religión porque la entiendo mejor y porque puedo entender mejor a otras religiones, porque todas se basan en los mismos principios. Pero eso lo sé ahora, en ese entonces no lo sabía”. (Ibid).

Para ella, el yoga es “la vida misma” y es el camino para que seguirá en el resto de su vida. “Llevo 34 años practicando yoga y realmente me siento bien, mi familia también participa de esto, mi esposo y mis hijos nacieron dentro de este seno de una familia practicantes de yoga. Ellos también vegetarianos y llevan la misma disciplina” (Ibid). A futuro, dice ella, “no me veo fuera de este trabajo más adelante a futuro, le daré continuidad, no me veo dictando clases de yoga física de aquí a 10 o 20 años, sí me veo trabajando en talleres, charlas de seguir contribuyendo dentro de la red GFU”. (Ibid).

Sebastián, ingeniero comercial de 46 años, también llegó a la meditación zen tras un proceso de crisis ligado a la quiebra del sistema bancario en el país y a un divorcio. Lleva 4 años meditando, como él dice: “me habré comido uno o dos días de no meditar, pero no he dejado de hacerlo” (Sebastián, entrevista, 08/05/13). Lo hace en su casa, por una hora diaria y en el grupo.

El ya conocía sobre el yoga desde muy pequeño porque la madre de un buen amigo suyo lo practicaba en casa.

Llegó la crisis como él dice “porque vivía solo para afuera, era un producto de la sociedad, pero creo de las crisis salen las mejores oportunidades” (Ibid). Buscó a un amigo que sabía que hacía meditación y fue a la casa de Vera para meditar.

Estuve en la mejor época de la banca, trabajé en el sistema financiero 22 años, estuve en como se quebraron los bancos, fui una parte afectada de la crisis bancaria, tuve que cerrar las oficinas, el estrés me comía, me fumaba una cajetilla diaria. Además había crisis personales porque me divorcié cuando mis hijos eran muy pequeños y ese fue un tema extremadamente duro”, (Ibid).

Las crisis lo llevaron a la meditación en especial a darse cuenta que debía concentrarse en sí mismo más que en las cuestiones externas de su vida que estaban como él afirma, demasiado ligadas al tema material:

“(…) en ese caminar personal, te vas encontrando, conociendo, creo que los seres humanos necesitamos adentrarnos, si solo vives afuera terminas siendo producto de la sociedad. Yo viví así, tenía un grupo de amigos, la vida social, el dinero. En algún momento me planteé que era absurdo hacerle el juego a esa vida, que si mi amigo tenía dos carros, yo tenía que tener tres, en algún momento encontré que había esa

competencia, y lo dejé. Fue una inicial renuncia a un proceso social. Sentí que había una necesidad hacia dentro de buscar una continuidad de algo que yo sentía adentro (Ibid).

Sebastián creció en medio de una familia católica, donde su madre era la jefa de hogar, pues su padre los dejó a él y al resto de sus hermanos. Afirma que su madre es católica practicante, pero al mismo tiempo con contradicciones porque no quiso que estudiara para ser sacerdote: “cuando era chiquito me querían llevar al internado San Patricio y cuando mi mamá se enteró me sacó del colegio y me inscribió en el Mejía y me gradué allí. Había una contradicción allí. Mi mamá era muy convencida del catolicismo, pero no me veía como cura” (Ibid).

Sin embargo de la práctica del zen, Sebastián afirma:

(...) “no estar peleado con el catolicismo: tengo un convencimiento del catolicismo por la intrínseca necesidad de amor de fe, más que la formalidad, porque lamentablemente se ve ahora todos los días los grandes problemas que ha tenido el catolicismo en el mundo. Creo que el catolicismo porque es una tabla de salvación para que el ser humano tiene un punto de apoyo como ha sido el islamismo, el budismo, que son un soporte a la raza humana de esa gran energía espiritual que todos tenemos. No estoy peleado con el catolicismo, no voy a misa actualmente porque no encuentro lamentablemente un beneficio en que yo sea parte de un ejército de católicos que no hacen nada. Me siento más apegado a un grupo de meditadores del zen que hacemos algo. Pero cuando le veo a mi mamá orar en la mañana y la tarde, me estremezco, porque es como meditar. (Ibid).

Ahora explica que su idea de Dios ha cambiado:

(...) antes el Dios estaba arriba, ahora el Dios está adentro. Antes el Dios estaba en los altares, ahora el Dios lo tengo caminando todos los días. No me creo un Dios por ego, sino que trato de ir entendiéndole a ese granito que somos como espíritus como dueños de una verdad universal que es el amor, que somos parte del gran Dios que es el amor universal. Si soy el reflejo de ese Dios universal, entiendo que el Dios ya no está afuera, sino que está dentro de mí, que lo debo de conocer, multiplicar, compartir, dar. (Ibid).

Con el zen, las crisis, como dice Sebastián “ya no son tan fuertes”: “las etapas de crisis ya no son los picos de antes, se han ido estabilizando. Lo más duro ya fue, es pasado, esos tremendos movimientos que se han dado en mi vida. Ahora las crisis ya no son tan pronunciadas” (Ibid). El zen le ha permitido encontrarse a sí mismo:

(...) el zen termina siendo lo que siempre he buscando, un espacio donde me siento absolutamente identificado, donde siento que puedo aportar, que recibo más de lo que

aporto, donde he encontrado lo que soy... es un camino de unión entre el que soy adentro y que soy afuera, trato de caminar siendo una persona más consciente de aquí y ahora, de cómo puedo aportar para la comunidad, porque veo al mundo y sufro, porque la globalización también ha servido para sufrir todos en cadena y al instante (Ibid).

Para Jenny, otro miembro de la GFU, el yoga le llegó a los 20 años como una respuesta a una “crisis de nervios” tras casarse muy joven.

“Me casé muy joven (con un hombre mayor a ella que falleció hace un año) y siempre las cosas eran difíciles, como a los diecinueve años, luego me enfermé de los nervios y entonces unas amigas me dijeron que hiciera yoga, algo que yo ya había visto en algunas revistas mexicanas, entonces empecé a buscar un lugar que yo había visto hace tiempo en Quito y que era una de las primeras sedes de la GFU en Quito”. (Jenny, entrevista, 08/04/24).

Ahora, tras casi 30 años de practicar yoga y de manera especial de vivir los preceptos espirituales del yoga, Yolanda dice que el yoga “es como el aire que respiro... si no practico unos días estoy bien, pero luego, me hace mucha falta, es una necesidad así como el aire” (Ibid)

La “parte espiritual” del yoga, como ella lo llama, es lo que más le atrae a parte de poder servir a las demás personas que era algo que ella había buscado por años.

La parte espiritual también es lo primordial, es esa convicción de que no somos solamente materia...siempre en las primeras oraciones en la mañana busco también la parte espiritual , para que haya esa conexión del ser nuestro con el ser absoluto”, dice Yolanda quien afirma seguir siendo católica, una tradición que le viene desde la familia, pero que se ha vuelto una práctica mejor comprendida. (...)Siento en mi vida una sensación de plenitud, de paz, de armonía con todo y siendo parte de esta comunidad, además yo soy católica y siempre lo seré...entonces he sentido como que al hacer Yoga me ayuda a comprender mucho mejor la religión católica” (Ibid)

Lucia, economista que trabaja para fundaciones, de 54 años de edad, la llegada al zen coincidió también con una época en la que su rol de madre, profesional entró en un conflicto.

Para las mujeres es una carga tenaz, eso yo lo viví... quedarme con mis hijos o seguir con la carrera, yo iba entrando en pánico, me decía para esto estudié? Y entonces te vuelves más crítico hacia ti y hacia la sociedad. Es la sociedad que a veces te empuja a hacer algo que a veces no quieres, estudiar y luego trabajar, porque es así, porque tu amiga tiene todo esto y te preguntas y yo? Qué hago?”, (Lucia, entrevista, 08/02/13)

Inició su recorrido en lo espiritual con la práctica del yoga con la GFU hace diez años, por una búsqueda más hacia lo físico y luego encontró el grupo de meditación con el padre Marco Vinicio Rueda donde se quedó hasta seguir con estudios más profundos de la Biblia y de otros textos sagrados. Siempre le atrajo más la meditación que el yoga, que dice, se queda solo en el físico. “El yoga se queda un poco en la parte física, que es importantísimo, pero hasta ahí va. Del padre en cambio me atrajo mucho su postura crítica ante el cristianismo ante la jerarquía religiosa, pero también respetuoso, pero no contestatario, rebelde” (Ibid).

Para ella la meditación es fundamental en su vida diaria: “el día que no medité estoy súper distraída, si he meditado es totalmente diferente” y reconoce que su camino es la meditación, y el cristianismo: “No solo me he quedado con el *zazen*, con la meditación, también necesito lo espiritual y no he optado por el budismo, sino por el cristianismo. Ahora he decidido quedarme de católica rebelde, ese es mi destino y punto. Siempre he tenido que soy cristiano, pero crítico” (Ibid).

Además continúa asistiendo a las clases de yoga, pero como un complemento en lo físico, aunque no comparte la parte filosófica de la GFU: “me he quedado en la GFU porque he logrado mantener un equilibrio en lo físico. Me quedo hasta ahí no más, escucho con todo respeto. Pero tampoco puedes abrirte tanto a tantas cosas porque sino se te hace una mezclanza en la cabeza. Lo bueno de la GFU es que no te exigen asistir al resto de actividades” (Ibid).

Gabriela, de 21 años, estudiante de ecoturismo en la Universidad Católica y miembro de la GFU, se inició en el yoga desde la adolescencia como una respuesta a una búsqueda espiritual desde muy pequeña y no a partir de una crisis personal en la edad adulta.

Desde muy pequeña empezó a leer libros como la Biblia, de esoterismo, de historias de yoghis, luego se cambió de escuela y conoció a la hija de dos maestros de yoga de la GFU. Con ella y junto con un profesor empezaron a practicar yoga como un curso extracurricular, luego empezó a tomar clases y leer más sobre el tema y entró al grupo de *yamines* de la GFU, entró en la orden del Aquarius al adoptar las disciplinas y tomó un curso de yoga terapia. Al terminar el colegio, decidió ir a vivir en un *ashram* de Colombia por un año antes de iniciar los estudios en la universidad.

Lo que más le atrajo, dice Gabriela, no fue el tema físico, pues no había sido una persona muy practicante de gimnasia durante su vida, sino la filosofía, las disciplinas, pues “respondían” a muchas de las dudas que tenía desde pequeña.

Yo estaba buscando un camino de desarrollo espiritual desde chiquita y quería hallar alguna forma de estructurar esa necesidad. Antes para mí el tema físico casi no existía, el yoga fue el inicio de la exploración de la gimnasia. Ya después me gustó mucho eso. Pero también fue importante que era una cuestión también espiritual, física, mental y vi que era lo óptimo, porque a lo larga me hubiera cansado de que fuera solo una cosa. Yo necesito hacer todas las cosas, sino le falta un pedacito”, dice (Gabriela, entrevista, 08/05/09)..

Ahora que practica el yoga, en todos los sentidos en su vida diaria, además de estudiar en la universidad, ella afirma que el yoga es su “camino” y en el futuro espera poder vincular su carrera universitaria con ese camino espiritual.

Sé que este es mi camino, desde chiquita yo sabía que andaba buscando algo, luego cuando lo encontré, y voy a seguir en esto. Es parte de mí, no lo concibo como un hecho separado, sería absurdo decir que lo voy a dejar, porque sería como dejar de ser yo misma. He ido creciendo en este camino y porque es lo que yo hago, lo que siento.

Los estudios, es como complementar. Mi aspiración es poner una hostería que pueda dar clases de yoga, hacer danza, comida vegetariana, la idea es vincular las dos cosas”, (Ibid)

Este camino espiritual ella lo concibe ahora, luego del camino recorrido como “una situación que pocas palabras le calzan, pero como un crecimiento de conciencia y un avance en ese sentido en toda mi vida. Es una unidad, de un crecimiento individual con aporte también a los demás. Entender que todos somos parte de una sola naturaleza, de una sola vida, de un solo palpito” (Ibid). Antes, cuando era pequeña, ella dice que lo espiritual era la “búsqueda de Dios” y reconoce que la influencia de sus padres, que se reconocen como católicos “aunque no al extremo, no curuchupas” fue importante en el cultivo de ese conocimiento de Dios.

Su familia sigue siendo católica y ella es la única que ha optado por el camino del yoga y de la iniciación. “Mis padres no van a misa, pero los cuatro en mi familia tenemos la percepción de lo divino en nuestra vida, nos hemos ido cultivando en el sentido de este acercamiento de esta presencia constante en diferentes espacios” (Ibid).

Ese camino espiritual para Gabriela tiene un objetivo: tener más conciencia y de esa forma alcanzar de cierta forma la iluminación:

La iniciación es un camino a la iluminación, no algo que se alcanza en una sola vida, no como una carrera y no solo individual, es un crecimiento conjunto, mientras más crecemos, crecemos todos. La iluminación la comprendo como una conciencia plena de ti mismo, en todos los sentidos, también a nivel universal. Tener conciencia no es solo un conocimiento, no solo una práctica de lo que sabes, sino también es un estado y es un reconocimiento de ti mismo y de la naturaleza y de la vida (Ibid).

Marcelo, de 64 años, especialista en terapéutica, naturopatía y masajes, conoció a la GFU a los 28 años. En México conoció al maestro Estrada o denominado “hermano mayor” y él le dijo que retornara a Ecuador y se uniera a la red y empezara a hacer yoga. De allí en adelante, Marco encontró su camino y dejó de lado la vida que llevaba hasta ese momento y entró de lleno en la orden. De hecho dice que antes de ingresar al yoga “tenía un éxito relativo” a nivel económico y “tenía una buena posición”, pues se dedicaba junto con un amigo y socio a la cría de pollos en galpones: “nos iba bien. Cuando le dije yo no puedo hacer porque ya no como esto. Me llegó tan profundamente el mensaje, que dejé eso” (Marcelo, entrevista, 08/02/23)

Yo era un hombre común hasta los 28 años, cuando conocí a un señor que llegó de México y me habló de la GFU y no le tomé ningún interés, pero pasaron un año y tuve la oportunidad de ir a México y conocí al maestro Estrada, que nosotros llamamos el hermano mayor. Le dije me han hablado de usted, quiero conocerlo. Luego me explicó qué hacía en México, conversamos como una media hora luego me contó cual era su misión que es lo que estaba haciendo, me dijo yo soy un maestro iniciado y me enseñó sus marcas, fue un evento extraordinario para mí. Desde ahí me quedé flechado. Vine al Ecuador me vinculé a la institución, desde ese instante dejé de comer carne, de tomar trago, y me quedé acá. La recomendación del maestro fue que viniera al país, me uniera y me hiciera yoga. Empecé a hacer yoga con algunas gentes todos los días, seis de la mañana, agua fría durante dos años y pasó ese tiempo y me invitaron a ser parte de unas escuelas de estudio, de información y al poco tiempo empecé a cumplir con todos los reglamentos y me dieron una crucecita y después otra”, dice Marcelo sobre el inicio de su camino. (Ibid)

Aunque ahora Marcelo sufre de artrosis y ha dejado de practicar el yoga en su aspecto físico, él afirma que ese camino le “cambió completamente” su vida. Ahora se dedica,

junto con su esposa, a quien conoció como alumna cuando dictaba clases de yoga, a ofrecer terapias de salud alternativas en un consultorio privado.

Ahora tengo otra visión del mundo. En mi juventud lo único que quería era hacer dinero para obtener cosas materiales, lo que quería era viajar por el mundo, me preocupaba mucho tener ropa de marca, cosas así. Lo que aspira un hombre común y corriente. Mi escala de valores ha cambiado. Ahora me busco a mí mismo antes que nada. Me he dado cuenta que la mejor manera de conocerse a uno es sirviendo, ayudando. Las terapias las cobramos para sobrevivir, pero igualmente que hay alguna oportunidad que no hay que cobrar estamos para servir a la gente. Estamos empeñados en cambiar la actitud, la manera de pensar de la gente, para que haya paz en el mundo (Ibid)

En un inicio, él afirma que el cambio fue duro y que sus amigos de fiestas no lo comprendían:

(...) mi cambio fue tan decidido y radical, que me encontraba con los amigos y me decían te has vuelto loco. Nadie se imaginaba que yo que tenía una vida social muy activa, lleno de fiestas y compromisos, amiguelero, de un día al otro cambie tan radicalmente. Sobre todo aquí en nuestro medio que la sociedad es burlona, criticona. Eso fue impacto para mí, me aislé un poco, dejé los amigos. Cambié de manera de vivir. Sin embargo, ahora que estoy enfermo, los viejos amigos han venido a visitarme a decirme que me quieren. (Ibid)

Al ver en retrospectiva su vida, luego de más de 30 años de conocer el yoga y estar dentro de la orden, Marcelo afirma que principalmente se ha encontrado a sí mismo: “creo que me he centrado en mi vida, me he encontrado a mí mismo, todavía tengo muchas cosas que arreglar en mi vida. Para mí ha sido una búsqueda auténtica con respuestas, con valores absolutamente positivos”. (Ibid)

En ese sentido, afirma que no dejará ese camino: “de aquí ya no puedo salir, espero recuperar mi salud y continuar adelante con unos proyectos que tenemos que consisten en servir a la gente de alguna manera” (Ibid).

Héctor, es un economista de 59 años que trabaja en su profesión y es empleado de una institución, además es quien impulsa uno de los grupos de meditación zen en Quito.

Desde la infancia estuvo muy ligado a la religión católica y aunque no continuó en ese camino, la religión católica le dejó una profunda inquietud en el ámbito espiritual que luego se desarrolló a través de la orden de los rosacruces y más tarde con el zen.

Vengo de una herencia católica, mis padres eran practicantes, de ir a misa todos los domingos, de guardar la semana santa, de bautizarnos, confirmarnos, es decir lo típico.

De hecho, yo terminé la escuela, mis padres me mandaron a un seminario y estuve allí por tres años y medio ese seminario era un convento para preparar misioneros de la orden de padres josefinos.

No me hice sacerdote, porque las hormonas estaban muy fuertes. En realidad en cierto modo me gustaba el seminario, pero cuando llegué a los 14 años tenía que tomar la decisión de hacer o no un noviciado y creo que pensé muy bien lo que significaba hacer el voto de novicio, de ya iniciarse en una vida de celibato, para mí esa parte no era para mí. Cuando salí del seminario salí con esa inquietud espiritual en el seminario había conocido un poco el misticismo, porque aparte de los rituales, las misas, cantos y eso, realmente había una genuina devoción hacia lo divino. Cuando salí del seminario a un colegio laico, seguía con esa inquietud de una devoción de querer unirme espiritualmente a algo y pasé por años deambulando sin saber a qué. Mi experiencia en el seminario me había desarrollado ese sentimiento espiritual en lo emocional, pero en mi cabeza me había puesto demasiados dogmas, traumas, miedos y ya no me gustó volver a la religión católica, había roto con eso, pero la parte emocional, espiritual, que nace del corazón no había desaparecido. Empecé a buscar, cuando terminé el colegio entré a la universidad, me enteré por el periódico que había una invitación a formar parte de la escuela filosófica Rosacruz y entonces me inscribí y empecé a estudiar, seguí por años esa escuela. Al principio había una especie de atracción porque la forma en que te preparan es al inicio es de desarrollar los poderes de la mente y esta parte era atractiva pero después ya me di cuenta que eso no tiene mucho sentido en cierto modo, esos poderes parapsicológicos que se desarrollan con algunos ejercicios (Héctor, entrevista, 08/05/08).

Luego de llegar al nivel más alto dentro de los rosacruces, Héctor se dio cuenta que necesitaba algo más y eso estuvo también ligado al enfrentamiento del divorcio de su primera esposa con quien tiene tres hijos:

(...) hay cierta cosa más sustancial en el ser humano que necesita ser descubierta, aunque de todos modos seguí hasta el final en los rosacruces, solo hasta el final empecé a descubrir que había algo más esencial, que podía tocar esa parte sagrada de mí mismo y me di cuenta que el camino había sido muy largo, me tomó cerca de 12 años, con grados, llegué hasta el último, es un grado *iluminati*. En ese periodo de estudios me topé con el zen de alguna manera, con literatura, lo empecé a estudiar en libros y realmente sentía que ese era el camino, me atrajo mucho por su simpleza y sencillez, pero al mismo tiempo por su profundidad (Ibid).

Con el conocimiento previo de lecturas sobre el zen, participó en meditaciones en el grupo con Vera de Khon y el padre Marco en Quito cuando todavía estudiaba con los rosacruces y luego en el año 2000 conoció un grupo en El Salvador, durante un viaje a ese país y allí conoció a la maestra Berta, quien actualmente apoya al grupo en Quito.

Tuve la oportunidad en El Salvador cuando estuve trabajando allí de conocer un grupo zen y conocerle a la maestra Berta, esto fue en el año 2000. Ya había oído hablar del zen, había hecho contacto con Vera Khon y con el padre Marco, con quienes practiqué muy poquito cuando estaba a punto de terminar los estudios rosacruces. Al pasar de los años me topé de nuevo en El Salvador con el zen y lo tomé en serio y desde ahí he estado más comprometido con la práctica. Había estado también un poco en el yoga, en la línea de Yogananda<sup>10</sup>, en Estados Unidos, un par de años, estaba haciendo meditación en la línea del yoga. Pero en el zen sentí que era mi camino y me comprometí plenamente, es decir hice el voto de meditar todos los días. Además fue como una atracción espontánea con la maestra (Ibid).

Luego de ingresar al zen, también conoció a una nueva pareja y se volvió a casar en una ceremonia zen, dirigida por la maestra Berta.

Ese compromiso que expresa Héctor, para él es una cuestión muy personal, además de estar comprometido con el grupo. Pero primero nace de él mismo: “el momento que te sientas, eres tu, nadie te está diciendo mira tus pensamientos están volando, eres tu y tu. Es contigo mismo, estás reconociendo que estás en el camino, que tienes estorbos, orgullo, envidia, vanidad, reconozco, los pongo a los pies del Buda y abro las manos para recibir la gracia o el poder, la fuerza, para vencer eso” (Ibid).

Meditar es para él una cuestión que no tiene que ver con lo místico, lo raro:

(...) durante el día estoy con los ojos abiertos mirando a fuera, pero esos minutos de meditación te permites mirar adentro y cuando miras adentro vez tus propios pensamientos, de donde surgen, porqué surgen, ves tus propias emociones, nostalgias, las esperanzas del futuro, lo miras, estás volteando los ojos adentro y eso me hace bien. Yo siento una necesidad de voltear los ojos adentro y de mirarse uno mismo y por eso mucho tiene que ver con una psicología aunque no es. Porque cuando te miras adentro, es lo que hace un psicólogo, te hace que mires adentro, ver quién o qué provocó ese

---

<sup>10</sup> Paramahansa Yogananda fue un yogui y gurú hindú (1893-1952), estableció la Hermandad de la Autorrealización que para 1960 tenía cerca de 200 miembros. (Heelas, 1996: 48). Su libro más conocido es la Autobiografía de un yogui.

miedo, el no sabe, la única que sabe eres tú. El psicólogo lo que hace es dirigirte a ver esos porqué cuando, como, pero quien sabe eres tu, y no vas a lograr saberlo si no volteas tus ojos adentro. (Ibid).

Héctor explica el zen de una manera sencilla:

En la vida práctica pasa lo siguiente: le cuentas a un niño que en un parque va a ver la hierba mojada, los árboles, el colibrí, y el niño se imagina el parque. Nosotros en la mayor parte del tiempo vivimos como ese niño que tiene la fantasía del bosque, le llevamos efectivamente el bosque, pero el niño en lugar de ver vive la imaginación, en vez de abrir los ojos y ver simplemente. Todos estamos en ese punto, con la capacidad de oír los pájaros de tocar las flores, pero nos gusta vivir cerrados los ojos, con nuestros propios pensamientos, deseos, nostalgias, el niño que le gusta vivir la idea del bosque en vez de mirar. El zen te hace abrir los ojos al aquí y el ahora. Te hace vivir conscientemente lo que estás viviendo (Ibid).

Mercy, psicóloga en ejercicio de su profesión de 62 años, encontró el zen en Lisboa donde se inició en su práctica de psicología. Ella afirma que su encuentro con el zen tiene que ver con “una ola que venía desde oriente”, un encantamiento con todo lo que tenía que ver con la cultura oriental:

“mi marido aprendía Kendo (arte marcial japonés) y siempre le interesó todo lo del oriente. Era como una ola que venía del oriente que era una cosa muy nueva para mí también y me atraía. Y un día escuché un disco de las flautas zen, que me habían regalado y me conmovió mucho, me llegó tan profundamente y comencé a leer mucho”. (Mercy entrevista, 08/04/24).

Ella explica su vinculación a la meditación con un momento de su vida de mucha intelectualidad: “yo estaba en ese camino del estudio, de muchas cosas con la cabeza, trabajaba muy duro en Lisboa y me di cuenta que necesitaba un camino espiritual”. (Ibid).

Luego, Mercy retornó a Quito y encontró el grupo de Vera de Khon y el padre Rueda, a través de un anuncio del periódico de unas charlas sobre el zen. Desde allí son casi 30 años que lleva practicando la meditación, pero también, como ella dice, “el zen en general lo practico en toda mi vida diaria, en todos los aspectos” (Ibid). y también en las sesiones de terapias psicológicas. “Yo practico el zen en mi vida diaria. Todos los días medito y eso me da una presencia y una alegría que lo doy a mis pacientes. A muchos pacientes los llevo a meditación para que se den cuenta, con la inhalación y la exhalación de sus problemas” (Ibid)

Carmen, comerciante, de entre 40 y 45 años de edad, afirma que el sentir un “vacío” en su vida fue lo que le llevó al grupo de meditación zen de Vera de Khon a través de su hermana psicóloga que conocía sobre el CDI.

Estaba buscando algo que me llenara espiritualmente para sentirme más llena en la vida... buscaba algo más que esas cosas que no te llenan, porque está la rutina y te dejas llevar por lo mismo y lo mismo y cuando se acaba eso, el trabajo, con qué te quedas?, hay un vacío. Es que a veces no te sientes lleno. Toda persona busca su felicidad, claro depende de qué es felicidad para ti, porque para unos puede ser tener un carro, para otros puede ser algo más espiritual, aunque sea que te dure por un momento (Carmen entrevista, 08/02/12).

Ella lleva cerca de tres años meditando y afirma ser “una principiante”. Pero aclara que le gusta “ir de un lado para el otro”, buscando varias filosofías y que todavía no quiere comprometerse demasiado con el grupo de meditación zen. Ahora ella medita con el grupo de meditación Sangha Zen.

“Mi visión es más amplia, no solo el zen, todo va unido a una sola cosa si en el camino que sigo encuentro algo que me pueda ayudar, lo utilizo para seguir. Son ayudas para mí, las uso, las aprovecho sin ir al extremo, sin volverme fanática porque el fanatismo no te conduce a nada, sino a algo que no es verdadero, que no es real” (Ibid)

Su vinculación al tema espiritual le viene desde pequeña, pues sus padres son practicantes católicos:

“Mis padres son bien católicos bien practicantes, personas chéveres, son muy abiertos, respetan. No he tenido problema. Crecí en familia católica, no es que nunca voy a misa. Creo que Dios está en todas partes. A veces voy a la iglesia, pero no tengo que ir a la iglesia para encontrarle a Dios”, afirma Carmen. (Ibid)

También explica que se siente atraída por la cultura oriental al punto de que le hubiera gustado nacer en ese hemisferio del planeta:

(...) a mí me hubiera gustado nacer en una cultura oriental, porque creo que es la cultura, el ambiente, ellos desde pequeños ya están inmersos en la filosofía. Aunque hay gente que no practica, pero creo que el hecho de vivir allí si te ayuda a tomar un poco más de conciencia de lo que quieres. En cambio acá es diferente, la concepción occidental es diferente de la oriental. Ellos ya están conectados más con todo desde pequeños. Si me gustaría ir a vivir allá en el oriente aunque sea unos dos meses. (Ibid)

## **2.- Rutina cotidiana y práctica de yoga y zen: familia-trabajo-sesiones de meditación, etc.**

El ascetismo como la práctica de una vida austera, y la adopción de disciplinas en la vida, tienen que ver con características de la clase media. Gonzalo Portocarrero, al analizar las clases medias peruanas afirma que “el autocontrol y la orientación hacia el futuro, hacia el desarrollo son quizá las marcas más distintivas de la subjetividad de la clase media” (1998: 14).

De alguna manera, la adopción de estas disciplinas, ayudan a los sujetos a enfrentar la ambigüedad de identidad, la inseguridad que eso les produce a nivel interno, pero también a enfrentar la inseguridad económica.

Como explica Portocarrero, este autocontrol y disciplina marcan a la clase media como “sujeto de la modernidad” (1998: 18), pues “se proyectan hacia metas como el reconocimiento social, el confort material y más en general, la exploración y desarrollo de las propias capacidades” (Ibid: 18).

Los practicantes de la meditación zen realizan las tareas de limpieza y arreglos que en general son trabajos entendidos como humildes, que en general los realizan personas contratadas, que pertenecen a la clase baja. La ejecución de estos trabajos podría ser entendida como una necesidad de practicar ese ascetismo, de una vida austera, de hacer todos los trabajos por uno mismo, aunque sea durante un retiro de meditación durante una media mañana al mes.

También está ligado a la idea de la limpieza que tiene la clase media. Como explica Portocarrero al citar el trabajo de Elena Llosa sobre las actitudes frente a la limpieza de la clase media (Ibid: 27) “el aprendizaje de la limpieza es desde luego uno de los fundamentos del habitus de la clase media. Lenta y trabajosamente, gracias a una mezcla perseverante de castigos y estímulos, se van aprendiendo el orgullo en torno a la pulcritud y el asco hacia la suciedad”.

Pero también está ligado con el interés de los practicantes de cumplir, como una disciplina más, con los postulados de la filosofía zen de colaborar y aportar al lugar donde se medita, a la comunidad, con el trabajo manual de uno mismo.

En cuanto al servicio la comunidad, que también postulan las filosofías detrás del yoga y del zen, se observa que la GFU intenta trabajar en este sentido con las prácticas no pagadas que realizan en los parques como el Itchimbía, La Carolina y Metropolitano.

Sus miembros también afirman estar dispuestos a apoyar a cualquier persona que necesite ayuda emocional, una guía en la alimentación o para la práctica de yoga.

En cambio, en el grupo de meditación esta rama del servicio no se observa tan claramente, aunque, por ejemplo, Vera de Khon considera el mantener un espacio de meditación abierto permanente de meditación como un servicio a la comunidad, como parte también de los objetivos del Centro de Desarrollo Integral.

Esta idea de servicio está ligado a la “orientación comunitaria” (Ibid: 22) de las clases medias, como una expresión de “las actitudes católicas tradicionales tales como la desconfianza al individualismo, la simpatía por el débil...el individualismo es visto como una renuncia a los más valioso de la vida, volver la espalda al amor, a los vínculos familiares, amicales”. También está ligado esta mirada a la comunidad a la “necesidad de reconocimiento social” (Ibid: 18) que tiene la clase media: ayudar al prójimo, es bien visto por el resto de la sociedad. Pero al mismo tiempo, esta vocación hacia la comunidad entra en conflicto con características como “el autocontrol, el crecimiento personal, la exploración de las propias capacidades” (Ibid: 18), que tienen que ver más con un práctica a nivel personal, individual.

Adriana, practica 30 minutos de meditación en su casa todos los días y también asiste regularmente a la meditación en grupo los sábados en la casa de Vera, sigue haciendo yoga por su cuenta, aunque a veces lo combina con otras prácticas a nivel físico como nadar y trotar. Pero además mantiene las consultas con su médico homeópata para el tema de la salud física.

La meditación la realiza al inicio del día antes de ir a trabajar. Ella tiene dos trabajos uno como profesora y otro como asesora en una institución pública de Quito.

Ahora hago poco yoga en parte porque llegó un momento súper fuerte en donde necesitaba otra relación con mi cuerpo, comencé a nadar, dejé un poco el yoga porque lo que el yoga me daba me lo da la meditación, ahora medito 30 minutos diarios y los sábados son sagrados para mi, no he dejado de ir estos dos años. La meditación me mantiene bien. He visto como mi cuerpo ha cambiado, como mi columna se ha enderezado. No es mágico, no es médico, es espiritual, es psíquico. He visto como mis progresos en el entendimiento de mi psiquis de mi alma y de la vida, van reflejándose

en mi postura corporal. Yo lo he visto, pero es mi experiencia. (Adriana entrevista, 08/03/01)

Quienes forman parte de la GFU y han iniciado un camino dentro de la Suprema Orden del Acuario, se adhieren a disciplinas que incluyen principalmente: tomar un baño de agua fría en la mañana, meditar, ser vegetariano (no consumir ningún tipo de carne, aunque sí pueden consumir lácteos y a veces huevos) y no tomar alcohol, fumar o tomar café.

Para Gabriela, quien lleva 34 años de práctica, el inicio en las disciplinas “no fue algo fácil, me sentía muy rara porque en ese tiempo era muy difícil encontrar a otro vegetariano” (Gabriela, entrevista, 08/05/09), pero poco a poco su familia y su entorno fueron aceptando sus cambios “y ya no me insistían que comiera carne o que tomara un traguito o que fumara” (Ibid).

Pienso que el mantenerme firme en la decisión que había tomado hizo que ellos respetaran la decisión mía en lugar de ponerse en contra fueron siempre un apoyo.

Ahora me siento feliz realmente de los logros, no es para mí ningún sacrificio, como la gente a veces considera un sacrificio bañarse en agua fría o no comer carne. No es sacrificio a veces me dicen no sabe n lo que te pierde y yo digo yo sé exactamente qué es lo que dejé, no es una pérdida, yo sé lo que he g nado. He ganado en salud, bienestar, en equilibrio en sentirme con seguridad con confianza de lo que estoy realizando, proyectando, Me encanta ver a mis alumnos de yoga, muchos de ellos también han adoptado las disciplinas, participan de la orden, de la institución y eso me hace sentir que realmente esto valió la pena porque me siento feliz”, explica Gabriela.(Ibid).

Gabriela sigue la siguiente rutina diaria: a las 5 de la mañana se levanta para realizar una “armonización” con la naturaleza, con el inicio del día. No se trata de una meditación, sino un “estado de apertura con el día que comienza”. Luego realiza una media hora de gimnasia, porque como luego dirige varias clases ella prefiere “no estar tantas horas en la práctica física”. Luego toma una ducha de agua fría, el desayuno y sale a dar clases. Por la mañana dirige una o dos clases y luego vuelve a casa a realizar “tareas del hogar y el almuerzo” (Ibid), luego durante media hora ó 45 minutos, realiza su práctica personal de yoga (se dice que el mediodía es la mejor hora para practicar las posturas). Luego tiene unas horas de descanso y por la tarde dicta entre dos y tres clases. También se da tiempo para estudiar las clases de psicología que toma a distancia. Por la noche, toma una ducha rápida de agua fría y medita media hora. “Cada vez uno aprende

a organizar su tiempo. Ahora duermo un poquito menos de lo que dormía antes, pero tengo mucho tiempo libre y lo dedico a otras cosas como los estudios de psicología para darle tiempo también al tema mental”, dice Gabriela (Ibid), además ahora está a cargo en su casa de su último hijo y recibe por temporadas a estudiantes de intercambio. Su hijo mayor es profesor de yoga, su hija estudia en Costa Rica y su otro hijo está en Francia.

Para Gabriela, esta rutina diaria unida de practicar varios aspectos del yoga es:

(...) la vida espiritual. (...)A veces se piensa que una persona espiritual es una persona religiosa y no siempre es así, una persona religiosa puede no ser espiritual y viceversa. Mi vida espiritual es todo lo que hago, el espíritu se manifiesta a través de las acciones que realizas, del pensamiento, de los afectos que puedas mostrar, de poder tener la capacidad de dar y recibir es parte de este trabajo espiritual (Ibid).

Ella se considera una persona espiritual en ese sentido, en el de la práctica diaria de unas disciplinas, de un camino que ella misma ha escogido:

(...) me considero una persona que va en ese camino...dejando que el espíritu se manifieste a través de lo que pienso, hago y digo. Para mí el yoga es la vida misma, lo puedo practicar en la medida en que en un trabajo me siento involucrada en él, con mi emoción, mi mente, es un yoga, es una unión, si cuando descanso me entrego enteramente a esa tarea de relajarme estoy haciendo un *yug* (Ibid).

Pero también están las disciplinas del *yama* y el *niyama*, que ella afirma se trata más de una cuestión que se adopta de manera personal como una autodisciplina que una imposición dentro de la agrupación.

La práctica de estas disciplinas, según Gabriela, implican la diferencia entre “un practicante de *asanas* y un practicante de yoga”: “Hay practicantes de *asanas* y practicantes de yoga. Practicante de *asanas* puede ser cualquier persona, puede tener muchas destrezas. Pero un practicante de yoga tiene que empezar hacer un trabajo profundo consigo mismo”. (Ibid).

La idea es estar alerta en qué momento surgen situaciones en que uno está acostumbrado a mentir... es empezar a hacer un trabajo profundo con uno mismo que no es muy fácil, donde realmente no es la gente quien te califica, eres tu mismo... La disciplina del *yama* es muy importante para el practicante del yoga porque se habla de no mentir, de ser veraz, honesto, no robar, entre otras cosas. *Niyama*, sacar de uno todos los potenciales y las virtudes que tenemos.(Ibid).

En cierto sentido se trata de practicar una verdadera ética personal:

Alguien que miente, al final se engaña a sí mismo, al final te sientes mal, por eso es comprometerte contigo mismo para ir aligerando el equipaje. Es un liderazgo sobre uno mismo, tu eres tu propio líder, no eres un juez de ti mismo, pero si de hacer reflexiones y de ir ajustando cosas si algo yo hago y me hacen sentir mal. (...) Este proceso del yoga, iniciático, es un proceso de darse cuenta, de esas limitaciones, de ese ropaje que tenemos que irnos quitando para ser cada vez más ligeros, más livianos, sin tanta carga a nivel físico, cuando afloran las enfermedades, que son fruto de malos hábitos, emocional, tener una mente meditativa, silenciosa, que puede responder en cualquier momento y ante cualquier circunstancia con tranquilidad, armonía y serenidad (Ibid).

Lucia, se desempeña como economista, pero también intenta balancear su tiempo para estar en casa, aunque sus hijos ya están grandes. Su esposo y sus hijos no participan en ninguna de sus prácticas espirituales. Medita media hora diaria antes de las 6 de la mañana, luego lee algún texto espiritual ó la Biblia, desayuna y sale a la clase de yoga. Algunas veces asiste al grupo Sangha Zen de meditación en la Lizardo García y los sábados asiste al grupo que sigue las enseñanzas del padre Rueda.

La meditación en grupo es parte de la práctica de la meditación, así como practicar yoga en grupo: “meditar en grupo es riquísimo, es como que juntas. Además me gusta porque tu te observas más, es como que la disciplina es más fuerte que cuando lo haces sola y yo necesito mucho la disciplina” (Lucia, entrevista, 08/02/13).

Aunque no es vegetariana totalmente, ella intenta “tener un orden” en su vida: “es más aceptar lo que den con amor, pero si me ponen un plato con hornado, no me como todo, solo un pedacito” (Ibid). No toma alcohol ni tampoco fuma:

Tomo vino solo cuando comulgo y tampoco fumo. Por todos los problemas que causa por el alcohol, de situaciones de desgarre humano. Te desordena la vida. La libertad está en decir no, decir a todo si, a todo venga, no es libertad. En la medida en estás en un camino espiritual, uno va buscando y dejando de lado, lo haces con responsabilidad, leer, enterarte de lo que puedas (Ibid).

Gabriela en su vida cotidiana incluye todas las prácticas del yoga. Aunque con las clases en la universidad, ella afirma que se la ha complicado el dar clases como lo hacía hace un tiempo y también porque vive en uno de los valles cercanos a Quito y todas sus actividades las realiza principalmente en la ciudad.

Ahora no puedo hacer todos los días, por la universidad tengo que amanecerme haciendo deberes. Hay días que llego demasiado agotada y solo duermo. Pero procuro levantarme temprano a hacer yoga o a meditar durante la semana. Procuro hacer todos

los días las *asanas*, igual medito, *bakti* (devocional) yoga los sábados y domingos en la GFU” (Gabriela, entrevista, 08/05/09).

Luego asiste a clases en la universidad, almuerza con su novio, asiste a clases de baile y más tarde vuelve a la universidad para trabajar en algo relacionado a su carrera.

Pero antes de ingresar a la universidad, vivió un año en un *ashram*, en Colombia. Durante ese tiempo, como ella misma lo dice, fue “un proceso intensivo de crecimiento” porque estaba lejos de su familia, lo cual le significó un “desprendimiento emocional” y también tuvo que adaptarse a los horarios y actividades del lugar donde a cambio de apoyar en limpieza, organización, administración, entre otras tareas, tenía un cuarto y alimentación.

Ir al Ashram fue una experiencia maravillosa. Yo no me imaginaba lo buena que iba a ser buena. Fue realmente maravilloso para mí...en un inicio puede ser un poco duro. Luego te adaptas. Todas la mañanas nos levantábamos a ver el amanecer, luego gimnasia, a las siete de la mañana *bakti* yoga, luego actividades en el *ashram*, al mediodía *asanas* y a las siete de la noche meditación. Como me fui de moradora, también fui a trabajar, a cambio de eso tenía mi alimentación y mi cuarto. Cuatro personas vivíamos allí. Entre los cuatro atendíamos a la gente que iba y venía, a veces mucha gente y otras veces poca. El compartir del baño por turnos, la convivencia con otros, hacer de todo, lavar baños, arreglar camas, eso es bueno porque no se te suben los humos. Las disciplinas todos los días es lo más intenso, te va cambiando muchos patrones de comportamiento, vas vislumbrando cosas que vives en la vida cotidiana que en esos momentos de meditación hacen clic, comprendes, como que va cuadrando (Ibid).

La adopción de las disciplinas, en especial el vegetarianismo, no fue un gran esfuerzo para ella, pues desde antes de ingresar oficialmente a la GFU, leyó en un libro que se recomendaba el vegetarianismo dentro de una vida espiritual y lo adoptó de un día para el otro y luego con el apoyo de su madre, pudo incorporarlo completamente a su vida.

Me hice vegetariana antes de hacer yoga, porque leí un libro en el que decía que si quieres seguir avanzando en el camino de los espiritual tienes que dejar la carne porque es una vibración más densa, porque emocionalmente te liga a la agresividad, al ser muy fósforo. Mentalmente también te crea un tipo de limitación en el sentido de que no vas a poder alcanzar pensamientos más sutiles. Necesitas una energía sutil para comprender lo sutil. Leyendo eso, le dije a mi mamá que iba a ser vegetariana y punto, mi mami en un inicio dijo que no, pero luego ella también dejó la carne. Eso fue en sexto grado (Ibid).

Tampoco ha fumado o tomado alcohol durante su adolescencia y el resto de disciplinas no implicaron un cambio brusco en sus rutinas diarias.

Empecé a ser yoga a los 14 años, entonces no fumaba, no tomaba. También ha sido el ejemplo de mi madre, a quien admiro mucho, ella nunca ha tomado ni fumado, entonces a mí tampoco ni se me ocurrió, en cambio mis tíos de la parte de mi padre si tomaban y fumaban y me parecían muy desagradable, y tenía claro que no quería eso en mi vida.

El café si me gustaba, y no hubo problema. Ya me bañaba en agua fría desde antes, solo leyendo un libro (Ibid).

Para Gabriela, las disciplinas, establecidas tanto en el *yama* como en *niyama* no implican una imposición de la orden ó de la GFU, son “sugerencias” que una persona decide adoptar por propia voluntad.

Todas son sugerencias que te van dando que son lo mejor para ti. En el sentido de que es evidente que no es bueno matar, siempre fue como algo obvio no mentir, no robar, nunca me lo cuestioné. Cuando te pones a pensar, de hecho prefiero ser veraz, aunque a veces sea difícil porque incluye sentimientos de los demás. Pero es más difícil mentirse a uno mismo, porque en el fondo uno sabe, pero mentir a otro es involucrar los sentimientos de los demás, es fácil, pero no es lo adecuado (Ibid).

Además de las disciplinas y la rutina diaria para Gabriela, el servicio a los demás es fundamental en el camino espiritual e iniciático que propone la GFU y la orden. Como se trata de un servicio principalmente desinteresado, del cual no se recibe remuneración y tampoco busca acrecentar el ego, para ella fue difícil hablar sobre su servicio personal a los demás durante la entrevista.

Sin embargo, expresó algunas ideas sobre el servicio de forma general:

(...) sería un poco absurdo que no me importan los demás cuando todos los demás también están en relación a ti, es una misma cuestión que no se puede separar, mientras más crecen los demás, mas crezco yo, porque hay un algo que nos une a todos, por el hecho de tener una misma esencia. Por el hecho de que como humanidad y sociedad, mientras el resto va teniendo una percepción, vas teniendo más percepción los demás. A veces sirves porque te reconozcan que estás sirviendo y esa no es la idea, la idea es que sea desinteresado que no lo hagas porque te reconozcan sino realmente prestar una ayuda, un servicio.

Es una actitud que uno tiene frente a la vida y frente a las cosas. Pueden ser actividades que a veces uno hace, cuando te metes a un voluntariado. Cuando prestas un servicio y

no te interesa realmente cobrar, porque estás buscando otra cosa. Por ejemplo dar clase de yoga en el parque La Carolina (Ibid).

Gabriela considera que siempre “se sintió una persona diferente” desde muy pequeña y que siempre sus compañeros en la escuela y el colegio se lo hicieron notar. Ahora en la universidad también se siente diferente, pero eso no implica para ella un problema.

Cuando era chiquita si era diferente, además mis compañeros me hacían caer en cuenta. Siempre mis compañeros me han querido mucho y me decían: ¡qué rara que eres!, porque andaba leyendo la Biblia. Luego ya con mi amiga en el colegio éramos las diferentes, pero no me sentía sola. Todos sabían que éramos vegetarianas, que no tomábamos, la relación no era la misma. Cuando ya estábamos en quinto y sexto curso, en que todos tomaban y nosotros no. Pero siempre se llevaban bien con nosotros y no nos insistían en tomar en las fiestas. En la universidad es lo mismo. Desde chiquita no me he hecho lío con lo que piense la gente, si no les gusta bien, sino también. Los amigos no se enojan conmigo, nos llevamos bien con todos mis compañeros, no hay bronca, aunque sí me preguntan qué hago, cómo logro hacer tantas cosas en todo el día. Siempre me preguntan dónde hago yoga, porque es algo diferente. Ero es chistoso porque mucha gente me dice que inspiro mucha paz, o me piden consejo cuando algo les pasa y eso es chévere (Ibid).

Sin embargo, al momento de tener una relación amorosa, las cosas han sido distintas. Gabriela reconoce que en un punto de la relación con su actual novio se planteó la posibilidad de separarse porque a él le gustaba tomar y comer carne.

En un comienzo no era vegetariano, tomaba un poco. En algún punto de la relación le dije que le amo mucho pero que lo que yo soy es esto que yo vivo, porque yo sentía que todo se estaba poniendo más serio y le dije que no iba a poder seguir si él no era vegetariano. El me dijo que no quería estar con nadie más y que si eso significaba dejar de tomar y lo hizo, ahora no toma, al comienzo fue así por estar conmigo, pero cada vez es una cosa de él mismo, él mismo se siente más saludable, más liviano y porque es bueno para él mismo (Ibid).

Y al mismo tiempo reconoce que la relación con su novio le ha servido para ser “mas abierta” y tolerante porque “antes era sumamente radical” en sus creencias con respecto al vegetarianismo y el consumo de alcohol.

Yo podía aceptar que el resto tomara o comiera carne, pero alguien lejano, para mi ir a una reunión donde la gente tomaba era fatal y no iba y si alguna vez me tocaba con algún grupo de amigos para era terrible, luego aprendí a ser muy tolerante, no ser

radical. Está bien que tú seas disciplinado, pero las elecciones de los demás también son respetables. El (el novio) me ha ayudado a ver otras cosas, a tener otro panorama. Me ha nutrido a mi mucho a darme cuenta de más cosas y aprender a ver los comportamientos de las demás personas. El también hace yoga conmigo y cosas nuevas (Ibid).

Para Marcelo el cambio de vida, como el lo llama a su inicio en el yoga, le significó un divorcio, pues su esposa no compartía su nueva forma de vivir.

Tengo 4 hijos, me divorcié porque empecé a vivir de diferente manera. Mi mujer me dijo lo siento mucho, a mi no me interesa. A partir de eso he tenido dos compromisos serio, uno de pocos años, y ahora con Rocío de 12 o 13 años, yo era su instructor de yoga, a pesar de la diferencia de edad, porque podría ser mi hija, tenemos una relación muy linda. Cuando compartes un mismo ideal un mismo objetivo, las cosas se facilitan. No es fácil. Es una linda relación porque he podido descubrir muchas cosas más buenas y malas a través de ellas (Marcelo, entrevista, 08/02/23).

También para la familia no fue fácil aceptar el cambio, pero ahora, luego de más de 30 años de estar en este camino espiritual, ya lo han aceptado:

(...) dentro de mi familia se burlaban un poco, ahora respetan mucho mis comentarios pesan en algunas decisiones. Son cosas muy gratificantes para mí. Me apena un poco porque tengo la relación con mis hijos como quisiera tener. La época en que yo hubiera podido aportar mucho para ellos, ya pasó. Nunca me han reclamado nada. Son muy prudentes. Aunque yo en algún momento les fallé. Tengo una relación magnífica (Ibid)

La adopción de las disciplinas la considera en su vida como una cuestión de “autodiciplina y de servicio”, “un proyecto de autoconocimiento” que implica, dice “un poco de sacrificio personal”, pero que no es imposición.

No es el sacrificio, que produce sufrimiento. El único objetivo del sacrificio es ganar un poco de fuerza de voluntad, porque quien vence el vicio de tomar café, el sistema nervioso se equilibra, igual si te bañas en agua fría todos los días, tu sistema emocional está más equilibrado. A fin de cuentas no es sacrificio, es una llave de entrada a otro mundo, que o es un mundo extraordinario, hipotético, es el mundo de todos, ya no se dedicado al consumismo, la cultura de ahora nos ha llevado a convertirnos en gente que lo único que quiere tener es dinero para satisfacer sus necesidades (Ibid)

Para Héctor, el zen es “absolutamente libre” y por eso se ha mantenido en ese camino. Aunque existen ciertos preceptos, él los asume como unas señales en el camino que una persona adopta y no como exigencias:

(...) el zen es absolutamente libre, por eso lo puede practicar cualquiera de cualquier religión. No tiene una denominación, no tiene una filiación a una religión. Aunque se dice budismo zen, se podría hablar de cristianismo zen. No es una religión, no es una filosofía. Es una forma de vivir, una manera de vivir. Uno se adhiere libremente, los cuatro votos, los tres principios fundamentales, las ocho rectitudes, no son camisa de fuerza, son como marcas en tu camino que evitan que te pierdas, pero no camisas de fuerza. Tienes que actuar rectamente, hablar, meditar, hacer un esfuerzo recto, correcto, son marcas, que te delinear el camino, pero no es que para hacer zen tienes que hacer eso y si no lo haces vas a tener castigo, si lo haces bien, estás seguro que no te pierdes, sigues en ese andarivel. Para tu bien siempre tienes que empezar a tu andarivel, te puedes salir.

No te puedes robar el tiempo a ti mismo, por ejemplo, poner conciencia en lo que haces. Tener conciencia en cada cosa, con plenitud, si lavas platos, hazlo con toda conciencia, con todo tu ser (Héctor, entrevista, 08/05/08)

El zen es más allá de meditar, dice Héctor, por eso trata de practicarlo en su vida diaria:

(...) eso me refiero cuando digo estoy comprometido con el zen. El zen no es solo hacer *zazen* si fuera así no habría diferencia entre un católica que va a misa y cree ser católico. Es cumplir el ritual, pero sobretodo cumplir el cristianismo. Hacer zen es vivir el zen, poner atención a lo que haces, ir en ese andarivel que te ponen los preceptos (Ibid)

Para Héctor vivir el zen es:

(...) tratar de vivir más consciente de lo que hago...vivir desde tu propio centro, vivir desde ese punto profundo en tu ser. No vivir desde este yo superficial, este yo que en algunos momento se identifica con tu cuerpo, pensando que tu cuerpo es el yo. No estás en la nubes, ni estás en el aire, estás más centrado, más vivo (Ibid)

Pero él, aunque se puede pensar que se trata de un camino difícil, comprende que estas ideas nunca se logran por completo, porque se trata justamente de “un camino”:

(...) nunca es que lo logras, es un camino, siempre estás avanzando, siempre estás en el camino. Siempre avanzar, caminar. En ese camino en algún momento ves la rosa al lado y ves la rosa, no pasas sin ver, sin percibir. En ese camino hay destellos de luminosidad. Cuando un día miras que las mismas cosas que has visto todos los días, están ahí y tomas conciencia de ese momento eterno absoluto. Eso es el zen, eso es la iluminación en el zen. Tu y el amanecer están ahí conscientes, no es Hugo viendo el amanecer, el amanecer y yo somos uno, no hay dualidad. No hay una meta, no hay un punto final donde dices hasta aquí llegue (Ibid)

El día de Héctor se inicia a las a las 4.30 cuando se levanta, se alista e inicia la meditación de 5.00 a 5.30. Luego sale al gimnasio de 6 a 7 de la mañana, regresa a su casa, que se ubica en el norte de Quito, desayuna, se baña y sale a trabajar. En la oficina permanece de 8 a 6 de la tarde. Por la noche, dice Héctor, “llego a la casa, ceno, miro noticias, converso con mi esposa, leemos, conversamos”. (Ibid)

Sus tres hijos viven en Estados Unidos y ahora comparte con el hijo de su esposa de 12 años. Su esposa no practica la meditación, pero Héctor dice que ella practica el zen en el resto de su vida y lo apoya en esta actividad. “Ella no practica el *zazen*, pero vive el zen en el sentido de practicar las rectitudes, los preceptos que conscientemente las vive. Hay unos preceptos que conscientemente las vive y hay armonía. Yo voy a meditar y ella no quiere, no pasa nada. Ella conoce el zen, lee, pero no medita”. (Ibid)

Los días en que dirige la meditación en el grupo es diferente, es algo que dice, “disfruto mucho”. El se encarga de tocar las campanas, dirigir la meditación, pero afirma que lo hace porque solo es el contacto de la maestra con el grupo, pero podría no hacerlo:

(...) si tengo que sentarme adelante para tocar las campanitas está bien, pero eso no es que me da más satisfacción. Me gusta practicar en grupo, lo disfruto mucho. Pero en cierto modo la razón por la que estoy dirigiendo es que soy el representante de la maestra en la *sangha*, el contacto es a través mío con Berta (Ibid)

Para él el ritual de las campanas, los saludos,

(...) es una manifestación de tu compromiso. No es hacer lo mismo que los otros hacen y por eso lo hago. Es el compromiso contigo mismo, en el sentido demuestras una disciplina y una conciencia de ti mismo...en una *sangha* bien ordenada, bien disciplinada, se ve en el orden de los zapatos: es una señal de una *sangha* comprometida. Ya están sentados antes del campanazo. Otra señal de un compromiso personal con el zen es la forma en que te quedas inmóvil, haces un esfuerzo, conscientemente te disciplinas no moverte (Ibid)

La práctica de grupo lo fortalece:

(...) así como haces excursiones en grupo para disfrutar mutuamente el camino, para compartir experiencia, para hacerte ver lo que tú ves. Lo mismo es la *sangha*, para estar juntos en la camino para apoyarnos mutuamente y eso es lo que da fortaleza en la Sangha” y participa del grupo y está interesado en que se fortalezca, siguiente el ejemplo del niño que le gusta fantasear sobre el bosque: “por el mismo voto que dice que ojalá más gente abriera los ojos. Ojalá que más niños que les gusta fantasear, estuvieran en el bosque, pero abiertos los ojos (Ibid)

Carmen, soltera, sin hijos, vive sola en el sector de la Mariscal. A parte de meditar en el grupo al menos dos o tres veces por semana, también está interesada por otras actividades espirituales y asiste todos los domingos al parque Metropolitano a los ejercicios del grupo de Física Mental porque, dice, “tienen que ver con los *chakras* y con la respiración” (Carmen, entrevista, 08/02/12). Además participa como voluntaria en un grupo que apoya a los niños con cáncer del hospital Baca Ortiz de Quito.

Para ella el zen “no es solamente estar sentado”, sino “es una actitud permanente hacia cada cosa de la vida”, es “tener conciencia de cada cosa que haces, dejar de hacer las cosas por simplemente hacer” (Ibid)

Antes no me daba cuenta de muchas cosas, ahora por lo menos tengo conciencia, por ejemplo cuando soy impulsiva para actuar, ya me doy cuenta de mí misma...a veces tienes ese flash ese segundo de conciencia. El zen te ayuda a estar más conciente de todo lo que haces. Estar despierta. Lo que creo es estar conciente de lo que tu haces, vivir de acuerdo a lo que tu piensas, quieres pero guiados, tomar conciencia de uno mismo y encontrar ahí la felicidad, actuar en concordancia. Porque puedes meditar todos los días pero en la práctica no haces nada. El zen más que una filosofía es una forma de vida (Ibid)

Sin embargo, afirma que no quiere “depender tanto” del grupo porque cree “que el camino lo hace uno mismo” y reconoce que le cuesta aún meditar en su casa a solas: (...) por eso yo quiero autodisciplinarme cada vez más”. (...) Es chévere en grupo porque hay una buena energía, porque te sientes acompañada. Pero el camino lo recorres tú”, dice. (Ibid)

Sebastián, economista que encontró en el zen una ayuda tras la crisis personal que se generó tras la crisis bancaria en el país, medita una hora diaria en su casa desde hace 4 años. También ha practicado algo de yoga, pero él dice que el zen es su verdadero camino. Además participa activamente en el grupo Sangha Zen.

“Medito una hora todos los días. Los fines de semana leo un poco. A veces hago un poco de *kinhin* por limitación de espacio, a veces hago en la terraza, cuando los vecinos no me ven porque si no me creen loco. He ido forzando mi cuerpo, hago 45 para acostumbrarme a meditar 25 minutos. Preparo el desayuno y a trabajar” (Sebastián, entrevista 08/05/10).

Pero al igual que otros practicantes, para Santiago, el zen también se lo aplica en la vida cotidiana:

“Trato de practicar en mi vida diaria las rectitudes y eso ha servido para desenredar los líos que tengo. Por ejemplo empezar a decirme la verdad a mi mismo. Voy tratando de actuar según lo que sé y mientras me voy ordenando, la vida se me va ordenando. Lo que enseña el zen, no es como los diez mandamientos, sino que te salen desde adentro. En la medida que vas manteniendo esta búsqueda de centrarte en ti mismo, los mandamientos se van construyendo, y al rato te das cuenta que ya has estado practicando un mandamiento. Antes fumaba una cajetilla y media de tabacos. Lo dejé porque reconocí las necesidades de mi cuerpo que me pedía que ya no lo intoxique más y lo dejé hace 15 años. Me encanta el Jack Daniels, es mi trago favorito, ahora me lo tomo cuando me apetece, pero antes tomaba varios con los amigos. Como mi cuerpo necesita estar estable, ya no me tomo una botella, sino un vaso. Un vicio es una actividad que te emperras en hacer en exageración que es placentera para el cuerpo. En ese proceso he aprendido a ser más equilibrado. No tengo vicios, porque trato de no me apego a nada. Si el momento es de comer un rico hornado y es placentero, pero no lo vuelvo a comer en un año porque me cae mal. Si sé que mi a mi cuerpo algo lo destruye, trato de no hacerlo. Es encontrar el equilibrio. El reto diario es actuar en concordancia (Ibid)

### **3.-Clase media: ¿te sientes clase media? ¿por qué? Educación como factor que marca la vida. Identidad –grupo**

En general para los motivos de esta investigación fue complicado llevar a las personas entrevistadas a una reflexión sobre el tema de clase y de clase media. Hay una dificultad por verse a sí mismo como miembro de este grupo social, más aún cuando se trata de practicantes de disciplinas que pregonan la aceptación de los demás tal como son, la idea de que todos los seres tenemos las mismas raíces, de practicar la compasión.

Como se revisó en la parte histórica del surgimiento en el país de la clase media, el tema ha estado muy ligado a la cuestión de raza y el mestizaje, pero este punto tampoco surgió en las entrevistas. Solamente al intentar abordarlo, a través de preguntas directas o indirectas, los sujetos negaron enfáticamente sentirse de clase media, por ejemplo, por tener un color más claro de piel o por el apellido.

Por ejemplo, Sebastián afirma que él durante su etapa de “banquero” buscaba sentirse clase media, en una carrera más bien hacia el exterior de su propio ser: tener un buen

carro, salir con amigos, consumir objetos costosos, vivir en una buena zona de la ciudad. Pero él afirma que ahora se ha liberado de esa presión y afirma ser “una persona común y corriente que es un factor de cambio” (Sebastián, entrevista, 08/05/10). De alguna manera esto confirma esa característica de la clase media ecuatoriana de considerarse el grupo que puede cambiar la situación social y política en el país. Claro que su estrategia es a través de la meditación: “progresa el mundo cuando nos sentamos a meditar”

Para Gladys, practicante de yoga desde hace más de 30 años, es claro que es dentro de la clase media donde existe una búsqueda espiritual y donde el yoga ha encontrado una apertura, de manera especial porque la clase media tiene de alguna manera solucionado el tema económico de sobrevivir día a día y puede permitirse reflexionar sobre otros temas que no tienen que ver con la inmediatez de la vida cotidiana.

Esto ligado a los cuatro aspectos de la vida humana: lo físico, lo emocional, lo mental y lo espiritual, “donde la base física-material es la base que nos permite ir trabajando lo demás” (Gladys, entrevista, 08/05/13) En la GFU no se desecha la importancia de lograr esa base física-material que implica estudiar una carrera, trabajar para poder seguir con el resto del camino.

En el nivel alto los practicantes del yoga se quedan como mucho en la parte física del yoga, les cuesta un poco entregarse y profundizar más en la búsqueda. Buscan en el yoga como un bienestar momentáneo porque se sienten angustiados, estresados cansados. En un nivel bajo no hay mayor interés, no hemos visto, pero si en la clase media alta y bajo sí hay interés en la práctica”, dice ella.

Afirma que es al nivel de la clase media “donde más gente se entrega en la búsqueda del yoga como un medio de superación” y también para “subir a una clase más alta a nivel espiritual (Ibid).

Al preguntarle si ella se siente como clase media, responde que:

(...) en lo material me siento rica porque siento que tengo lo que necesito, siempre he pensando que ser rico no es tener en demasía, sino no necesitar realmente más cosas de las que tienes. En el aspecto espiritual también siento que han ocurrido muchas cosas en mí y que tengo una proyección y que sé cuál es mi meta y estoy trabajando sobre ella. Tampoco digo pertenezco a las altas esferas en lo espiritual, pero si me siento dentro de un camino que me lleva hacia una autorrealización (Ibid)

Lucia, desde sus conocimientos como economista afirma sentirse de clase media, además reconoce que la clase media sufre de una indefinición, de una falta de identidad:

“ahora hay una clase media empobrecida, además de eso, culturalmente hay una falta de identidad que es lo que provoca estas desesperaciones de qué mismo somos. Si somos clase media, estamos a veces a la parte de abajo o de arriba del *sánduche*, pero ahí estamos”. (Lucia, entrevista, 08/02/13)

Además considera que la búsqueda espiritual está ligada a que la clase media no tiene preocupaciones por las necesidades básicas.

Con relación al yoga y a cualquier otra cosa espiritual, pienso que obviamente si tienes resueltas las cuestiones básicas puedes optar por otras cosas. Eso no quiere decir que entre la gente que no tiene resueltas sus cuestiones básicas, no haya gente muy sabia, pero sino tienes resuelto lo que son tareas del estado, eso te quita muchísimas posibilidades, y especialmente un camino espiritual...no tienes opción a discernir (Ibid)

Gabriela también se reconoce como clase media, en el sentido más económico, pues considera que ha podido estudiar en un colegio y en una universidad privada, aunque destaca el hecho de tener una beca: “si mis padres no tuvieran recursos económicos no podría estar aquí en la universidad, pero tengo un porcentaje de beca y eso hace más accesible el estudio, pero de todas maneras es caro, significa mucho del presupuesto familiar” (Gabriela, entrevista, 08/05/09). Su padre ejerce su profesión en una entidad estatal y su madre la suya en una entidad privada. Ella es ahora la única hija, pues su hermano mayor vive en Estados Unidos desde hace varios años.

Pero el dejar de estudiar no ha sido una opción en su vida. Ella reconoce que la importancia de estudiar, como una característica de pertenecer a la clase media, le viene desde sus abuelos y tíos, quienes terminaron la universidad: “A mi nunca no se me ha ocurrido no estudiar, mis dos abuelos han estudiado, llegaron a la universidad, mi abuela llegó hasta el colegio y mi otra abuela se puso a estudiar ahora ya grande aunque no es muy común, mis abuelos, mi hermano, no es algo que no está en mi mente no estudiar”. (Ibid)

Pero para ella, más allá del tema económico como clase media, es importante que en su vida diaria no hace ninguna diferencia entre clases sociales: “en realidad me vinculo cualquier persona, no me interesa las clases sociales, ni hago ningún tipo de discriminación por eso, puedo darme cuenta de las diferencias económicas de cada familia, pero no estoy preocupada por eso” (Ibid).

Marcelo, quien se considera de clase media, dice estar convencido de que la situación económica está relacionada con la búsqueda espiritual, de algo que va más allá de la satisfacción de las necesidades básicas:

(...) la excesiva comodidad y la extrema pobreza son barreras inmensamente grandes para una búsqueda seria. No es que sea imposible. La extrema pobreza le impide al individuo dejar de preocuparse por la lucha de su supervivencia y la extrema riqueza también le hace despreocupar al ser humano de otras cosas. Esto es sumamente importante para la clase media. La gente que es más afín a este clase de cosas justamente es la que no se muere de hambre ni tampoco que tiene muchos lujos".  
(Marcelo, entrevista, 08/02/23)

Aunque considera que es parte de la clase media, dice vivir "un poco de escasez" por los gastos que ha implicado su estado de salud. Pero afirma que a nivel espiritual también se encuentra en una clase media, aunque afirma: "aspiro a llegar más alto" (Ibid).

Pero más adelante en la entrevista afirma sentirse "en un porcentaje más bien elevado de la clase media" y explica que se debe a que tiene un nivel más alto que el común de la gente sobre su razón de vivir y explica así su afirmación:

(...) el cerebro de la gente se encuentra en el inframundo, los que apenas conocen que son seres humanos, es un 25 por ciento de la humanidad, el otro 70 por ciento, que es la gran mayoría del mundo son las que hacen de su alimento mental la búsqueda del poder, apenas un 4 por ciento está buscando algo más, por lo menos saber qué es lo que estamos haciendo aquí, para qué hemos venido. Lo único fatal que le puede ocurrir a uno es morir sin saber para qué has venido, es ganar un poco de más conciencia, dentro de la orden eso exige un poco de sacrificio, porque la conciencia se va revelando, vas viendo que no necesitas lo que la cultura y la sociedad nos ha dicho que necesitamos  
(Ibid)

Sin embargo, considera que la GFU no es un centro de atracción masiva de la clase media porque "al ecuatoriano no le gusta comprometerse y es flojo" y que aún es una organización que está en pleno crecimiento y desarrollo.

La GFU no es una cosa masiva. Los mismos miembros de la GFU a veces tienen muchas limitaciones, no es gente muy pudiente, somos gente que tenemos un poco de problema. No ha sucedido lo que sucede en otros países, como en Italia donde hay una cantidad de gente que ha respondido mucho. Colombia es una potencia. Chile, Bolivia son grupos muy pequeños, son ciclos que va viviendo cada país, cada sociedad.

Esperamos que nosotros podamos rebasar ese bajón para entrar en un ritmo un poco más elevado. Poco a poco vamos a ir saliendo. La gente se va a acercando, al ecuatoriano no le gusta comprometerse, somos flojos, muy cómodos, les gusta estar más de oyentes, estar viendo, asistir a las cosas simpáticas, pero el rato que le piden a uno levantarse a las cinco de la mañana para hacer yoga, ahí son los retos. La gente que es capaz de autodisciplinarse se da cuenta que no es un sacrificio, sino es que es una forma de disciplinarse. No es una imposición, es una decisión personal . (Ibid)

Marcelo asegura que su vida espiritual estuvo vinculada a la religión católica desde su infancia, especialmente por la herencia de sus padres: “nacé en la religión católica. Ahora no me siento un católico, no renuncié de mi religión de nacimiento. Pero en realidad tengo otra concepción de la existencia. Todo es energía y que estamos en un plan de evolución perfectamente bien programado y una de las metas del ser humano es llegar a la fuente de donde él salió” (Ibid)

Su padre era un comerciante “muy próspero que tuvo mucho dinero”, pero que sufrió un “revés” cuando Marcelo era adolescente. El nivel económico de su familia permitió que sus hermanos mayores se educaran en Estados Unidos, aunque él estudió en Quito en colegios católicos.

Marcelo lo narra así:

(...) mi hermana mayor se educó en Estados Unidos en un colegio privado. Aproveché de las vacas gordas, Cuando tuve 18 años ya no había esa situación.

Por los años 60. Me crié entre Elvis Presley y los Beatles, que eran unos fenómenos sociales. Vivíamos en la Amazonas y Foch, estudié en el colegio Borja, en una casa grande en ese momento. Donde ahora es el centro de la farra. Luego salí a la academia militar y ahí estudié la secundaria. Cuando salí y pensaba estudiar universidad, me fue muy bien en los negocios. Fui un pésimo estudiante, nunca cogí un cuaderno, era irresponsable. Era la oveja negra de la familia. Tuve suerte en los negocios, me fue bien, disfrutaba de la vida. Me gustaban las fiestas...andábamos de discoteca en discoteca (Ibid)

Aunque ahora su vida no es tan próspera, Marcelo dice sentirse feliz:

(...) yo disfruto ahora mi vida como está. Ahora estoy mucho más consciente de las cosas que están pasando alrededor...estoy convencido que es el aquí y ahora el plan de vida y mañana veré. Estoy absolutamente convencido y comprometido con este camino. No hay un plan certero. La vida es generosa y es generosa en la medida en que eres

generoso contigo mismo. Ya no preocupa tanto el futuro. El futuro será el que deba ser. Aprendí a vivir el presente. (Ibid)

Héctor, economista en ejercicio de su profesión, se considera clase media especialmente porque cuestión de ingreso económico que le permite realizar otras actividades que una persona de clase baja no podría pagar y entre ellas está la práctica de la meditación. Igual, al observar al grupo de meditación, afirma que quienes estamos allí somos de clase media.

El ingreso que tengo es un ingreso medio, entre 1.500 y 3.000 dólares. Creo que el tema de clase media está más relacionado con un concepto económico porque con un sueldo medio te puedes dar el lujo de tener ciertas distracciones a parte de lo normal de atender tus necesidades básicas, de la vivienda, comida, educación, de la salud, tienes un poco de holgura económica para hacer otras actividades fuera de esas actividades básicas como eventos culturales, paseos. En todo eso también te deja un poquito de tranquilidad y tiempo a dedicarte a lo que realmente quisieras, en mi caso a la práctica del zen”, afirma Hugo. Y sobre el grupo dice: “Sí podría decir que en el grupo que practicamos somos una clase media. Me parece no conozco en detalle la situación de cada uno, pero en general creo que es clase media (Hector, entrevista, 08/05/08)

Sin embargo, al recordar su historia familiar, Héctor afirma que más bien su familia era de “clase media y un poquito hacia abajo”:

“nací en Guano, en cuanto terminé a la escuela, salí a estudiar en Ambato en un seminario y luego en Riobamba y finalmente me radiqué en Quito y todos nos movimos a Quito” (Hector, entrevista, 08/05/08). La educación también fue clave en su historia familiar. “En la familia era importante que los hijos estudiaran, que tuviéramos título universitario. Mi padre no entró a la universidad, era maestro sastre. De los ocho hermanos, todos estudiamos y ahora mis hermanos están trabajando como profesionales: médico, abogado, administradora de empresas”. (Ibid)

Durante su vida como profesional, Héctor trabajó en su propio negocio y es recientemente que decidió dejarlo y trabajar como empleado:

“yo tenía una firma consultora y trabajé haciendo consultorías es más bien recientemente que he tenido un empleo fijo pero la mayor parte de mi trabajo ha sido el ejercicio libre de la profesión. En cierto modo me cansé de trabajar por mí solo, la consultoría demanda mucho trabajo, a veces hay trabajo a veces no hay nada. Me ha ido muy bien económicamente, hice consultorías en el exterior”. (Ibid)

El zen le ha ayudado a encontrarse a él mismo, a una vida, y en ese sentido confirma que se trata de un encuentro con su propia identidad: “el zen es busca realmente quien eres. En el zen tu buscas trascender ese yo para encontrar tu rostro original, tu verdadero yo, pero eso no pasa de la noche a la mañana, no es un curso que tienes que aprobar, es un camino y en ese camino algún momento puedes ver destellos de ese rostro original”. (Ibid)

También te ayuda a dejar de lado, como dice Héctor, tanto pensamiento, tal vez ligado a este mundo occidental racional y la fuerte vinculación de la clase media con la educación. Ese se vivir el “aquí y el ahora” del que tanto habla el zen en vez de pensar y pensar.

En la meditación: al conservar la postura estás manejando tu cuerpo y en un sentido más occidental es que un poco te olvidas de las sensaciones, de las percepciones sensoriales, te concentras en tu respiración, claro que oyes, pero no le pones atención. No estamos enganchados al oído, al olfato, nos enganchamos a la respiración, pero es neutra. Al concentrarte en la respiración, controlas tu mente en el sentido de que no dejas que salgan pensamientos desordenados. Simplemente observas. La cuestión que logras con la práctica es conocer quien es ese que observa eso, es ese centro. Porque el que piensa es este yo pequeño, es la educación, mi familia, etc, el que genera emociones, sentimientos, que se identifica con el cuerpo en la práctica te pones y te preguntas quien es este que está observando y tocas ese ser en la profundidad (Ibid)

Mercy, psicóloga, afirma que tras varios años de práctica, ella afirma que el zen le ha dado un “enraizamiento” en la vida, al referirse al tema de la identidad como clase media. Pero ella dice que se trata de “una identidad profunda de ser un ser humano y también tener conciencia de la alteridad, del otro, de lo diferente, porque solamente comprendiéndome puedo respetar a los diferentes”. (Mercy, entrevista, 08/04/24)

Sin embargo, afirma que es importante formar parte de un grupo, pero también diferenciarse: “eres parte de una totalidad, pero diferenciado”. También dice que al pensar el tema de las clases medias desde el zen, no existen clases medias, pues “todos hacemos zen en diferentes condiciones”.

El padre de familia que tiene que trabajar por el aquí y el ahora, aunque inconscientemente. Levantarse todos los días y trabajar ya es zen. No es cuestión de clase. Pero siempre queremos hacer las cosas especiales, pero el zen no es una cosa

especial y rara. Todos hacemos zen. La diferencia es el nivel de conciencia. Pero no es nada raro (Ibid)

En ese sentido afirma que ahora se observa el zen como una cuestión de moda, pero en realidad se ha practicado desde hace varios siglos y en Ecuador desde hace más de 30 años.

Para Carmen, ese vacío que sentía al llegar al zen está vinculado también con una falta de identidad, de identificación con algo, lo cual es una de las características de la clase media, esa indefinición. “Como que no sabes a que perteneces, como que necesitas identificarte con algo o tener algo de donde agarrarte y el zen te ayuda a darte ánimo para seguir de saber que lo que tu hagas tiene que ver con todo” (Carmen, entrevista, 08/02/12)

El practicar la meditación me ayuda a sentirme a mí misma como soy. Es como tomarme un tiempo para mí, para sentarme, pisar en firme, de darme cuenta del aquí del ahora, para volver la realidad de mi ser, del mundo en que vivo. La idea es que eres parte de este mundo. Al menos cuando estás con el trajín de todos los días, y luego te sientas, es como que te recoges, tomas conciencia de quién eres realmente, qué es lo que quieres (Ibid)

Ella reconoce que en esta sociedad, y como clase media, es muy fácil “que las cosas externas, materiales te lleguen a confundir como ser humano. Pero son cosas espirituales sobre todo y las cosas que no tienen tiempo las que te llenan. El zen te ayuda a descubrir tu propia identidad, esa parte divina que todos llevamos.

Buscamos afuera y tenemos todo adentro, pero eso es lo que hay que descubrir. Ahí está el secreto de tu felicidad. Tenemos todo, pero a veces con tanta cosa, tantos condicionamientos que tenemos, desde niños, está todo bien tapado, tienes que ir sacando capa por capa hasta llegar al fondo, hasta encontrar a tu propio yo, descubrir quien eres (Ibid )

Ella se identifica como miembro de la clase media, pero no es algo de lo que quiso profundizar durante la entrevista. Prefirió afirmar que el zen le gusta porque:

(...) no es egoísta, porque piensas en los demás como parte de todo: con la meditación puedes ayudar mucho más, porque si tu estás bien, reflejas eso al resto. Es como Buda, veo que esa luz que el encontró se ha transmitido a miles y miles de personas en el mundo. Pienso que es un trabajo personal, silencioso, pero luego eso se transmitió a todo el mundo (Ibid)

Sebastian, que dejó la vida de banquero, en la que tenía hasta tres carros, varias casas, una en la playa, y ahora vive en un barrio de clase media baja, como él mismo dice, y toma bus para desplazarse en la ciudad. Ahora tiene un empleo como consultor y dice sentirse más útil que antes y más centrado en su vida:

(...) “ahora voy encontrando los caminos que son más afines a mi centro de vida. Antes era banquero, con todo lo que dirán de los banqueros, ahora hago desarrollo de emprendimientos, para una institución pública. Estoy dedicado a eso, a beneficiar a la comunidad y allí ya me centro en mi forma de vida, estoy aportando para generar bienestar a la gente... voy todos los días a trabajar en algo que me gusta, antes pasé como 20 años en algo que no me gustaba, fue formativo, me sirvió mucho, pero era seguramente porque me tocó sentarme en el sistema financiero para aprender que eso era un instrumento para ahora ser más valioso. Ahora bajo de donde vivo en un bus urbano, sentado al lado de la señora que hace la espumilla, del carpintero, de raterito, del borracho, al principio me costó mucho. Te puedes imaginar yo que era banquero de status de andar en carro de último modelo, al inicio me sentía súper mal. A mi no me ha faltado la plata, pero ahora no me hace falta plata. Disfruto mi ida y venida en bus, disfruto la pelea, los olores, ver la gente común y corriente, porque yo soy una persona común, antes creía que era especial, porque me quería sentir clase media y de arriba. Ahora no es que quiero estar abajo, ni mucho menos, no quiero diferencia en la sociedad. Me siento bien, disfruto el ver a la gente, encuentro que hay un amor infinito entre nosotros, que la mirada del niño que sabe coger bus urbano, miras esa ternura, esa generosidad. El entender eso que somos en el punto central amor. Sentir que eres parte de todo, con la necesarias distancias de sobrevivencia que cada uno tiene. Tuve mucho dinero y no tuve nada. Tuve tres casas y ahora no tengo nada. Y si quiero mañana tengo casa y carro y mucho dinero. Pero solo desde el momento que el despegarse y desprenderse es algo natural, ya no me da vergüenza. Tengo que seguir aprendiendo a ser humilde. Mis hijos me dicen pero teníamos chofer, casa en la playa y ahora no tiene ni medio, ellos protestan, pero tengo que decirles que no regalé la plata, que fue producto de una crisis y les digo que en la vida hay que saber estar en los dos extremos. Pero vean que ahora comemos el mismo pan, antes comíamos más, pero estamos aprendiendo a ser solidarios. Estoy en un escenario a enseñarles a ellos nuevos valores, tienen una adoración y un cariño especial conmigo y me han visto en todo”. (Sebastián, entrevista, 08/05/10)

Sebastián se considera de “clase media baja” y recuerda haber crecido rodeado de clase alta:

(...) soy clase media, media deprimida. Viví rodeado de clase alta y yo era clase media, mis amigos son gente de mucho recursos graduados en el Americano, Antisana, Spellman y yo era el único graduado en el Mejía. Yo vivía en una situación de abundancia. Más bien tuve la fortaleza espiritual centrada en mi madre, no vivimos con mi padre, porque se habían separado desde chiquitos, y fue una figura sin presencia, sin influencia. Yo tengo la versión de un matriarcado, de una madre muy trabajadora. Para nosotros fue vivir en medio de la opulencia, pero en nuestro propio centro. Somos de clase media porque nos formamos, mi hermana estudió en Europa, mi hermano mayor tiene muchos títulos, cada uno nos hemos hecho al andar, trabajando peleando, yo hice mi propio camino de estudios (Ibid)

Además hace una relación entre la cantidad de recursos económicos que posee una persona y su situación emocional y espiritual: “mientras más tienes, más desecho estás, tal vez la clase alta puede tener más tendencia a buscar esta clase de cosas”, pero al mismo tiempo afirma que cualquier persona, sea de cualquier social, en algún momento de su vida, tiene “una búsqueda mística, espiritual”. (Ibid)

#### **IV. Conclusiones:**

En esta investigación se ha buscado tratar sobre “lo que hacen” las clases medias y cómo ellos comprenden ese “hacer”. Se trata de una indagación de un hacer específico: las prácticas de disciplinas orientales, del yoga y el zen en Quito.

Estas conclusiones intentan responder a las preguntas centrales de la investigación: porqué se interesa la clase media en estas prácticas, a qué necesidades responden y cómo se expresa este tipo de religiosidad.

Las conclusiones a las que llego luego de este recorrido son las siguientes:

-Aunque se indagó en las entrevistas el tema de raza, de distinción racial, que viene marcada desde el mestizaje, de la historia económica, de las relaciones de poder entre los grupos, los sujetos negaron que su pertenencia a la clase media esté relacionada a este tema racial. De alguna manera, al tratarse de personas que por sus propias prácticas espirituales abogan por una igualdad entre seres humanos, intentan, desde el discurso o tal vez también desde sus vidas cotidianas practicar esa igualdad.

Sin embargo, puede tratarse de una negación del tema racial, del racismo, que como explica Lydia Andrés en sus tesis *Imaginario en Formación* (2008), existe en el Ecuador “un racismo sin racistas y sin razas, en el sentido en que es un racismo negado”. Andrés también resalta la idea de “negación”, la que se expresó abiertamente y de forma marcada durante las entrevistas a los sujetos de esta investigación:

Aunque los niños y niñas más pequeños pueden ser más explícitamente racistas en actitudes y palabras, también niegan el racismo y perciben que es algo mal visto y no correcto; así, ninguno se define como racista. La negación es algo común a todos y todas, niños, niñas, adolescentes, personal adulto, enmarcándose claramente en la definición de racismo planteada. Los comportamientos racistas suelen darse en ambientes de confianza, donde la persona no piensa poder ser “delatada” o juzgada.  
(Ibid)

- La clase media en Ecuador, como lo citan varios autores en el capítulo sobre este grupo social, tiene en general una crisis de identidad, que en esta investigación, los practicantes la expresan como “un vacío en sus vidas”. Esta investigación es un aporte al conocimiento de esa crisis de identidad, de ese aspecto de la clase media. Además esa

crisis de identidad es en sí una respuesta a la pregunta central de la investigación de por qué la clase media se interesa por estas prácticas. Estas prácticas de disciplinas orientales se convierten, por lo que se ha observado en la investigación, en la identidad en sí misma: siempre estar “tomando conciencia de nuestro verdadero ser”, como dice Agustín Cueva (Cueva, 1967: 163). El autor afirma que para que sea una realidad el mestizaje, es necesario que la sociedad “tome conciencia de nuestro verdadero ser”, “que el hombre tome conciencia de su situación real y actúe en consecuencia” y para ello se requiere una “revolución”, en “el cambio en las viciadas relaciones sociales imperantes” (Ibid:163). En ese sentido se explica la afirmación de que quienes pertenecen a la clase media “parece que no tuvieran tiempo de mirarse a sí mismos” (Ibid:158) y esto es justamente lo que estos grupos de practicantes de yoga y zen hacen: tratar de encontrarse a sí mismos.

De alguna manera, aunque sin revolución económica, pero sí una revolución a nivel de la conciencia, los practicantes buscan ese “verdadero ser”, la “esencia” perdida, ese “núcleo sagrado” del que habla Vera de Khon.

Pero al mismo tiempo y como respuesta a la segunda pregunta central de esta investigación de qué respuestas intentan encontrar los seguidores de estas prácticas, es interesante que los miembros de esta clase media que sufre de una falta de autenticidad como explica Cueva y que nació de un estado laico, busque en una práctica espiritual las respuestas a esos vacíos de identidad.

La búsqueda de los practicantes por llenar el “vacío” en sus vidas a través de una práctica espiritual, tanto en el yoga como en el zen, que plantea especialmente encontrarse con uno mismo tal como es, ver la esencia, más que lo exterior, muestra una de las características de la clase media en Ecuador: es ambigua, no sabe qué es, cuáles son sus características, que busca sumar capital simbólico como la educación, para ser aceptado en la sociedad. De alguna manera, estas prácticas alivian ese imperativo que ha estado presente en la clase media: varios autores citan la obra de Jorge Icaza, *El Chulla Romero y Flores* (1958)<sup>11</sup>, como característico de la clase media que aparentaba siempre lo que no tenía para ser aceptado, pero en el fondo tenía un fuerte sufrimiento emocional ante esa ambigüedad.

---

<sup>11</sup> Novela escrita por el escritor ecuatoriano Jorge Icaza, publicada en 1958 en el que el principal personaje es el Chulla Romero y Flores, un mestizo que vivió dividido por tener un padre español y una madre india.

En este sentido, la atracción que producen estas prácticas radica en los postulados que de la felicidad se puede encontrar hoy, ahora y que está en uno mismo, en encontrar esa esencia que ya existe más allá de las cuestiones exteriores. Es decir la idea, tanto en el zen como en el yoga, de que ya se puede ser feliz ahora, y que no necesitan más cosas para ese objetivo. Estas prácticas ofrecen esta posibilidad y además la pertenencia a un grupo donde la mayoría de personas son miembros de tu misma clase social donde eres aceptado y donde compartes ciertos intereses y características similares.

También, los sujetos dicen haber entendido más al catolicismo a través de estas prácticas. Así, Lucía, una de las entrevistadas, afirmó considerarse una “católica rebelde” y ella asiste al grupo de meditación zen, que inició el padre Rueda y que mezcla algunos ritos católicos. Es decir, ocurre una especie de “revitalización religiosa” (Giesecke, 1998: 358) que se observa en las clases medias debido “a la secularización de ciertos sectores profesionales cuyas prácticas religiosas han sido abandonadas ó a la búsqueda más personal de Dios, frente a la práctica rutinaria en la Iglesia Católica”. Giesecke analiza la experiencia del grupo de sanación en Lima denominado Sagrado Corazón de Jesús en el que participan miembros de la clase media. Ella afirma que en ese grupo ocurre una “mezcla de la tradición católica con otras tradiciones” (Ibid: 359), pues funciona como una comunidad religiosa que aplica prácticas de sanación de enfermedades como baños, rituales con fines terapéuticos, más ligados al curanderismo. De igual manera, y en relación con la pregunta de porqué en una cultura predominantemente católica la gente se interesa por estas filosofías orientales, se observa que en los grupos de yoga y zen ocurre por un lado en ciertos practicantes una especie de revitalización del catolicismo y al mismo tiempo una mezcla de tradiciones. De hecho, para los sujetos, no existe conflicto en rezar oraciones católicas como el Padre Nuestro durante las ceremonias de la GFU ó que exista una imagen de Jesús en la sala de meditación. Está también el hecho de que la maestra Berta, que apoya al grupo Sangha zen, es monja católica que dedica a la práctica del zen.

Pero el mismo hecho de “entender” más al catolicismo, como afirman los sujetos, implica una característica distintiva con las clases bajas: hay una diferencia entre la práctica católica popular, más emotiva y la práctica más intelectual de las clases medias. (Ibid: 359).

Pero además este desencanto con el catolicismo responde a la misma historia de las clases medias en el Ecuador, desde la revolución liberal. De hecho, como explica Portocarrero, hay un desencantamiento con la práctica del catolicismo:

“Con la secularización y el desencantamiento del mundo propios de la modernidad se produce un déficit de sentido en muchos sectores de la clase media. Una falta de entusiasmo, una multiplicación de vacíos, una gran ansiedad. El catolicismo sigue siendo, desde luego, mayoritario. No obstante, para mucho no llega a ser la guía que reclaman. Ellos perciben la práctica católica como demasiado ritual y mecánica. De ahí la creciente búsqueda de sucedáneos que faciliten el logro de la serenidad. Los caminos son múltiples. El curanderismo, la conversión a credos protestantes, los cultos esotéricos. A veces, incluso, un reencuentro con el catolicismo revitalizado” (Portocarrero, 1998: 26),.

En ese sentido, Suzuki (1973) afirma que el zen es “una disciplina práctica de la vida” (1973: 45):\_

“Los cristianos emplean la plegaria, o la mortificación y la llamada contemplación, como medios para procurarse esto (la experiencia espiritual) y dejan librada su realización a la gracia divina. Pero como el Budismo no reconoce en tales asuntos un medio sobrenatural, el método Zen de instrucción espiritual es práctico y sistemático” (Ibid: 41-42)

-El interés por las filosofías orientales de las clases se asemeja a la mirada hacia las costumbres europeas que tuvieron las élites latinoamericanas y también los mismos estratos medios para separarse, distinguirse de los grupos locales, criollos.

Ante el conflicto con la ambigüedad de la identidad, la clase media intenta, al ver hacia las filosofías orientales, intentar distinguirse de los miembros de la clase alta que también practican estas corrientes. Así, los practicantes expresan en las entrevistas una diferenciación de sus prácticas, que implican cambios a nivel de toda la vida, con la de la clase alta que busca en el yoga, por ejemplo, tener un buen estado físico, solamente.

De alguna manera esto implica una separación de la clase alta, como característica de la clase media, pero al mismo tiempo se busca “criticar al elitismo y al hedonismo, lo que oculta, muchas veces, un deseo de pertenecer a ese grupo, una distancia dolida o un resentimiento, una envidia por no tener sus facilidades”. (Portocarrero, 1998: 15)

Las clases medias que sufren de la ambigüedad de identidad buscan en las filosofías orientales para así encontrarse a sí mismos. Esto, porque en general las clases medias (Ibid:14), “la gente de clase media se define distanciándose, recreando fronteras alimentado así un sentimiento narcisista de superioridad, de confianza en el propio valor”. Entonces, por un lado, explica el autor, desprecian el mundo popular y también critican al elitismo (Ibid: 14-15)

-En cuanto a la metodología, esta investigación se ha tratado sobre el tema de la espiritualidad, que como en general la conciben los practicantes de yoga y zen, es un tema bien personal e íntimo y cada uno lo vive de distinta manera. Existe allí una dificultad intrínseca al tener que poner en palabras lo que tiene que ver más con una práctica que no puede ser tanto explicada, nombrada, puesta nombres, sino más bien comprendida desde la práctica misma, desde las acciones, desde la experiencia.

-En Quito, estos grupos de yoga y de zen de este estudio también forman parte de otras redes ó tienen contactos con otras organizaciones que practican las mismas disciplinas. Por ejemplo, la GFU forma parte de una red denominada Revolución de la Cuchara que busca promover el vegetarianismo y en el que participan otros grupos como la Academia Vaisvana (que practica el *bhakti* yoga o yoga devocional), y la Ciencia de la Espiritualidad (que practica meditación). Esta misma Revolución de la Cuchara, es una autodenominada “red” a favor del vegetarianismo a nivel del continente (existen en Chile, Colombia, México, Perú).

Otro ejemplo: en el CDI, en la sede ubicada en Tumbaco, también se ofrecen cursos de yoga, así como de taichi, aikido (arte marcial japonés), entre otros. Allí suelen realizarse eventos de la misma GFU, pues el CDI ofrece facilidades de estadía y también de otros grupos de yoga, como el del Centro Kundalini Yoga.

-Sobre la propuesta de Zizek (2001), de que el budismo es una ideología del capitalismo y que quienes lo practican lo utilizan para poder “participar en la dinámica capitalista mientras mantenemos la apariencia de sanidad mental” (Zizek, 2001:1), esta investigación muestra que quienes practican el budismo zen, al menos en Quito, no solo

buscan tener una real sanidad mental, usando los términos de Zizek, sino un verdadero y real conocimiento interior y a seguir un camino espiritual como base de la vida.

Sin embargo, ligado al razonamiento de Zizek, al observar la clase media desde la realidad misma del grupo, desde sus vivencias cotidianas, la investigación muestra parte de esas prácticas: en general los practicantes se han inclinado en una determinada etapa de sus vidas a una búsqueda espiritual como una respuesta a sus crisis personales, para llenar el vacío en sus vidas, pero no solo dedican sus vidas al yoga o al zen, no se convierten en monjes o monjas, por ejemplo. Es decir, siguen incluidos en las mismas vidas de trabajo, estudios, consumo, están insertos en este mundo en el que el resto de personas vivimos.

Pero es interesante destacar que todos los sujetos entrevistados expresan que han adoptado ciertas disciplinas no como una imposición sino como una elección personal.

Pero, de alguna manera, estas prácticas pueden ser consideradas un consumo como lo explica Strauss al calificar al yoga como un “bien de consumo” (Strauss, 2005: ). En ese sentido, Cristina Gutiérrez Zúñiga (2006), afirma que estos nuevos “mundos religiosos” además de ser unas prácticas “individualizada” y ser “difusa y alejada de la institución religiosa”, están inmersa en “lógicas mercantiles y mercadotécnicas: su acceso se acerca más al modelo del consumo que al de pertenencia religiosa tradicional”. (Ibid: 111).

Los practicantes se muestran por un lado opuestos al materialismo y al capitalismo comprendido “como el proyecto dominante de nuestros tiempos” (Heelas: 1996: 138), pero al mismo tiempo, y aunque no lo reconocen de manera explícita, el tener un trabajo y un ingreso fijo les ha permitido tener la comodidad económica que les ha llevado a poder explorar estas nuevas formas de espiritualidad y de prácticas. De manera general, como dice Heelas (Ibid: 138), los miembros de los movimientos “contracultura” a los que están ligados los *New Age*, “no quieren ser identificados con el proyecto capitalista dominante de nuestros tiempos. Ellos están profundamente insatisfechos con los valores y las identidades de la corriente dominante. El trabajo es visto como alienante, los políticos son tomados por corruptos, la cultura consumista es comprendida como algo que está mina el futuro del planeta”.

Heelas discute esta tensión que ocurre entre los miembros de estos movimientos que se ven enfrentados en su vida privada a las demandas y expectativas comunes para la clase media. El autor afirma que los miembros buscan incluir en la vida de trabajo una “ética

personal”, en la que de alguna forma, incluyen los aspectos de la contra cultura en la cultura dominante (Ibid: 145): “Esa contradicción fundamental –entre lo que es requerido para tener una auténtica espiritualidad y lo que es requerido para hacer la vida dentro de la corriente dominante-es sanada” (Ibid: 146).

Pero es debido a esta misma tensión que los practicantes expresan sentir un descontento con la vida, ese vacío del que hablan. En ese sentido, Heelas explica que ocurre una “crisis de identidad” porque las personas por un lado son unas personas en sus trabajos y son otras en sus vidas privadas, en sus hogares:

“Muchos, tienen problemas de identidad en los trabajos, al estar inseguros de quienes son cuando están fuera del ambiente familiar. Esas personas, es razonable de suponer, pueden interesarse en las visiones New Age que prometen restaurar la vida en el trabajo”. (Ibid:146

-Al ser propuestas que plantean en general dejar de lado el pensamiento racional, para ir a la esencia como ser humano, generan una atracción especial a quienes pertenecen a la clase media que en general ha estado ligada al paradigma de la educación propuesto por la revolución liberal en el Ecuador. Para muchos de los practicantes, el estudio, el tener una profesión y ser exitosos en ella, no ha generado la felicidad esperada en sus vidas lo cual ha generado la búsqueda de otras opciones.

Al mismo tiempo, el pertenecer a estos grupos, aunque los practicantes no lo reconocen de manera explícita en las entrevistas y en las conversaciones que mantuve con ellos, se trata de una práctica que distingue, que da una cualidad de diferenciación a quienes la practican. Sin embargo, es interesante que en general los practicantes expresan no estar interesado en divulgar y hacer proselitismo con su práctica, más bien lo toman como una cuestión de atracción y no de promoción. En ese sentido, se trata de practicantes que buscan, como lo dicen las disciplinas inherentes tanto al yoga y al zen, de dejar de lado un poco el ego. Por ello, los practicantes no insisten en el proselitismo en la divulgación insistente de su práctica porque lo ven como una expresión del ego, del egocentrismo. Sin embargo, al ser una práctica que distingue de otros grupos, de otras personas, de alguna manera sí puede ensalzar al ego.

De manera general, existe una atracción especial por estas prácticas entre las mujeres, pues como ellas afirman, sentían un vacío en sus vidas y de alguna manera habían

enfrentado alguna crisis a nivel personal. También esa búsqueda se inicia en la etapa adulta, más que en la adolescencia. Esto ligado a las crisis personales que se desatan luego de estudiar, tener hijos, trabajar en la profesión elegida.

Además las mujeres vinculan a estas prácticas del zen y del yoga otras como taichi, física mental, reiki, masajes terapéuticos, entre otros.

-De las entrevistas realizadas, se observa que los sujetos mezclan en sus prácticas distintas tradiciones como el catolicismo, la masonería, lo oriental. Se trata, como explica, Heelas (1996: 34-35) de la búsqueda del autoconocimiento por parte de los miembros del movimiento New Age, a través de la indagación en varias voces o tradiciones, que pueden ir desde el catolicismo hasta las corrientes más paganas, pasando por la astrología. Además, como dice el autor, (Ibid: 41) los miembros de este movimiento New Age se inclinan generalmente a retornar al pasado, a los conocimientos antiguos de la India o de Egipto, o de los paganos de Europa, los primeros gnósticos o la tradición mística cristiana. Esta inclinación, según Heelas, se debe la tendencia del movimiento de ir en contra de la cultura dominante, del sistema de educación visto como un centro de control del individuo.

Pero también, según se observa en la mayoría de las entrevistas, quienes crecieron en familias católicas, sienten que al practicar yoga o zen, esas tradiciones familiares adquieren sentido a un nivel más profundo de la espiritualidad. Se trata, de alguna forma, como explica Heelas, de tomar la tradición católica, pero hacer una relectura con otras tradiciones como la hindú y la japonesa. Pero es interesante que la mayoría no rechaza por completo la tradición católica recibida de las familias, sino que la incorpora como un elemento más de su historia espiritual. Así, en la práctica de yoga, por ejemplo, se incluyen oraciones católicas, también hindúes.

-Existe una tensión entre lo individual y lo comunitario de las prácticas de yoga y zen. Como dice Heelas (1996), en general las prácticas del movimiento *New Age* tienen que ver más con lo individual, en contraposición a las prácticas de la religión tradicional, con jerarquías, que tienen que ver más con la comunidad (Ibid: 173): “el *New Age* tiene que ver sobre el interés en el ser, en su valor, en sus capacidades, en sus problemas”.

Se trata de grupos de yoga y de meditación zen que por un lado buscan conformarse en entidades con relaciones hacia el resto de la comunidad, por ejemplo con los encuentros de yoga en los parques, pero que en la raíz, lo principal es la práctica personal e individual, la búsqueda del ser de cada uno de los miembros. Tal vez por esta misma tensión entre lo individual y lo comunitario, en el que lo individual es lo principal, estos grupos aún no tienen un impacto mayor en el resto de la sociedad y no cuentan con una gran cantidad de miembros.

-En estas prácticas se observa una sacralización del yo, del ser, del individuo. Este es uno de los aspectos característicos del movimiento *New Age* (Ibid: 19): “experimentar el ser en sí mismo es experimentar Dios, La Fuente, del niño interior, el camino hacia el corazón, o más simple, la espiritualidad interior”. El autor explica que estos movimientos buscan cambiar del “ser socializado” conocido como ego, hacia el verdadero ser, “lo que somos por naturaleza” (Ibid:19). Por tanto, estas prácticas, como explica Heelas, están más allá de las tradiciones religiosas, o de la ética establecida por las religiones tradicionales: “Los practicantes de New Age van hacia las prácticas que van en contra de la tradición para exorcizar las voces de autoridad que han sido internalizadas como el ego” (Ibid: 23).

Tanto en el yoga como en el zen se enfatiza la idea de que conocerse a sí mismo a través de estas prácticas, es conocer a Dios. Es decir, Dios no está fuera del ser, del yo y por lo tanto es difícil comprenderlo, sino que se puede conocerlo, si uno se conoce a uno mismo, pues el ser humano es una expresión de ese Dios.

-Los practicantes coinciden en afirmar que quienes tienen de alguna forma las necesidades básicas económicas resueltas, pueden acercarse a una práctica espiritual, sin embargo las prácticas espirituales de las clases bajas son amplias y han sido tema de gran cantidad de estudios antropológicos. En general se ha entendido que las clases bajas se acercan a las religiones como una forma de enfrentar sus crisis económicas.

Pero es interesante constatar que quienes practican yoga y zen consideran que su situación como clase media les ha permitido dedicarse a estas corrientes. Esta afirmación es compartida también por maestros espirituales como el yogui Bhagwan

Shree Rajneesh<sup>12</sup> quien decía: “las personas materialmente pobres nunca pueden volverse espirituales” (Ibid: 95)

Tal vez la diferencia entre las prácticas de las clases bajas, son distintas de la llamada “espiritualidad” de quienes practican yoga y zen. Como explica Heelas, se puede entender que los pobres se acercan a las religiones por “otras necesidades menores, en vez de más espirituales” (Ibid: 95). Es decir que, de alguna manera, las prácticas de yoga y zen son entendidas por quienes las practican como de otra categoría de práctica religiosa, que se diferencia de las prácticas de la clase baja: califican a sus prácticas de “espirituales”, como una categoría que se refiere más a una cuestión profunda de trascender, y no solo como la religión entendida como dogma.

---

<sup>12</sup> Rajneesh Chandra Mohan Jain (11 de diciembre de 1931 – 19 de enero de 1990) fue un maestro espiritual hindú. Conocido como Osho, vivió en la India y en Oregon, Estados Unidos donde sus seguidores adquirieron un rancho que se convirtió en una comuna de más de 5.000 personas. Su enseñanza es una psicología de Zorba: el hombre que disfruta de la riqueza y de la vida terrenal y Buda, el hombre iluminado que ve desde lo más profundo del ser. (Marcelli, 1997: 215-217)

## **Bibliografía**

Alonso, Feito, Rafael, (1997), *Estructura social contemporánea: las clases sociales en los países industrializados*, Siglo Veintiuno de España Editores, S.A., Sociología y Política, España.

Andrade, Xavier, (2005), En memoria de Marco Vinicio Rueda, formador de varias generaciones de antropólogos e impulsador de la disciplina en Ecuador: *Felices Trópicos, Marco Vinicio*. Iconos, Revista de Ciencias Sociales, no. 22. FLACSO, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Quito, Ecuador.

Andres, Lydia (2008), *Imaginarios en formación: aprendiendo a pensar al otro en un colegio de élite de Quito*, serie tesis, FLACSO - Sede Ecuador : Abya - Yala

Appadurai, Arjun, (2001), *La modernidad desbordada, dimensiones culturales de la globalización*, Fondo de Cultura Económica, Ediciones Trilce, México.

Ayala Mora, Enrique, (1996), *De la Revolución Alfarista al régimen Oligárquico Liberal (1895-1925)*, Nueva Historia del Ecuador, vol 9, Epoca Republicana III, Cacao, capitalismo y revolución liberal, Corporación Editora Nacional, Quito, 1996.

Bowie, Fiona, (2006), *The Anthropology of Religion, an introduction*, Blackwell Publishing, United Kingdom.

Bowen, Jhon, R, (2004), *Religions in practice: an approach to the anthropology of religión*, Pearson Education, United States of America.

Bourdieu, Pierre (2001), *Poder, Derecho y Clases Sociales*, Palimpsesto, Derechos Humanos y Desarrollo. Editorial Desclée de Brouwer S.A, España.

Bourdieu, Pierre, (1999), *Razones prácticas: sobre la teoría de la acción*, Editorial Anagrama, colección argumentos, España.

Capra, Fritjof, 1983, *O Tao Da Física, Um paralelo entre a Física Moderna e o Misticismo Oriental*, Cultrix, Sao Paulo.

Cueva, Agustín, (1967), *Entre la Ira y la Esperanza (ensayos sobre la cultura nacional)*, editorial Casa de la Cultura Ecuatoriana, Quito

Cueva, Agustín (1996a), *El Ecuador de 1925 a 1960*, Nueva Historia del Ecuador, vol 10, Epoca Republicana IV, el Ecuador entre los años veinte y los sesenta, Corporación Editora Nacional, Quito.

Cueva, Agustín (1996b), *El Ecuador de 1960 a 1979*, Nueva Historia del Ecuador, Epoca Republicana V: el Ecuador en el último período, Corporación Editora Nacional, Quito.

Cueva, Agustín, (1997), *El proceso de dominación política del Ecuador*, editorial Planeta, Colombia.

Durán, Cecilia (2000), *Irrupción del sector burócrata en el estado ecuatoriano: 1925-1944, perspectiva a partir del análisis de la vida cotidiana de Quito*, Ediciones Abya Yala, Quito.

Elíade, Mircea, (1999), *Historia de las creencias y las ideas religiosas, De Gautama Buda al triunfo del cristianismo*, volumen II, Piados, España.

Giesecke, Mercedes (1998), *Búsquedas de lo sagrado: la nueva religiosidad o exploraciones religiosas de las clases medias*, en: *Las clases medias: entre la pretensión y la incertidumbre*, Taller de Estudios de las Mentalidades Populares, Tempo, Oxfam-Gran Bretaña, Sur Casa de Estudios del Socialismo, Lima.

Gilbert, Dennis, (2005), *Magicians: The Response of Middle-Class Mexican Households to Economic Crisis*, *Journal of Latin American Anthropology*, Vol. 10, No.1, pp. 126–150, University of California.

Etherington, Kim (2004), *Becoming a Reflexive Researcher: using our selves in researcher*, Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Gutiérrez, Zúñiga Cristina (2006), *Las transformaciones del new age o las paradojas de la modernidad*, fragmento, en revista Replicante, número 9, vol III, México.

Heelas, Paul, (1996), *New Age Movement*, Blackwell Publishing, United Kingdom.

INEC (2008), Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, Ecuador cuenta con el INEC nuevos productos del INEC, feb 2008

INEC (2008b), Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, Las condiciones de vida de los ecuatorianos, Resultados de la encuesta de Condiciones de Vida, Quinta Ronda, Indicadores Demográficos.

Kenny, Lorraine, Delia, (2000), *Daughters of Suburbia, Growing up white, middle class and female*, Rutgers University Press.

King, Richard, (1999), *Orientalism and Religión, postcolonial theory, India and 'The Mystic East'*, Routledge, New York.

Kingman, Eduardo, (2006), *La ciudad y los otros, Quito 1860-1940: higienismo, ornato y policía*, Flacso, Ecuador.

Khon de, Schiller, Vera, (2006), *Terapia Iniciática, hacia el núcleo sagrado*, CDI Integral, Quito.

Larousse, (1990), *Diccionario Español-Inglés – Inglés Español*, ediciones Larousse, México.

Larrea, Maldonado, Carlos, (1996), *La estructura social ecuatoriana entre 1960 y 1979*, Nueva Historia del Ecuador, volumen 11, Época Republicana V, El Ecuador del último período, Enrique Ayala Mora, editor. Corporación Editora Nacional, Quito.

Lambek, Michael, editor, (2002), *A reader in the Anthropology of Religion*, Blackwell Publishing, United Kingdom.

Lomnitz, Larissa, (2001), *Redes sociales, cultura y poder*, ensayos de antropología Latinoamericana, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales sede México, México.

Lomnitz, Larissa, Melnick Ana, (1998), *Neoliberalismo y clase media: el caso de los profesores de Chile*, Chile.

Luna, Milton, (2007a), *Historia y Sociedad: el rol del Estado y de las clases medias*, en Historia de las literaturas del Ecuador, volumen V, período 1925-1960, Jorge Dávila Vásquez, coordinador, Universidad Andina Simón Bolívar, Corporación Editora Nacional, Quito.

Luna, Milton (2007b), *Guerra de la funeraria*, artículo de opinión en diario El Comercio, Quito, 24 de noviembre.

Mahadevan, T.M.P, (1991), *Invitación a la filosofía de la India*, México, ed. FCE, citado en libro Antología de Yamines (1997)

Marcelli, Adrián, (1997), *Antología de Yamines*, Solar editores, Gran Fraternidad Universal.

Martínez, Novo, Carmen, (2005), *Religión, política e identidad*, presentación del dossier, Iconos 22, pp. 21-26, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Quito.

Meneses, Bertha (2008), *El Octuple Sendero*, texto inédito escrito para el grupo Sangha Zen.

Miño, Grijalva, Wilson, (1996), *La Economía ecuatoriana de la gran recesión a la crisis bananera*, Nueva Historia del Ecuador, vol 10. época Republicana IV, el Ecuador entre los años veinte y los sesenta, Corporación Editora Nacional, Quito.

Modesto, Paredes, Angel, (1949), *Estudio de la clase media en el Ecuador*, Revista Mexicana de Sociología, vol. 11, No 1 (enero-abr 1949), pp.7-19, Universidad Autónoma de México.

Moreano, Alejandro, (1996), *El sistema político en el Ecuador contemporáneo*, Historia del Ecuador, vol. 11, Epoca Republicana V, El Ecuador en el último período, Quito.

Portes, Alejandro y Hoffman, Nelly, (2003), *La estructura de clases en América Latina: composición y cambios durante la era neoliberal*, Desarrollo Económico, vol. 43, número 171, oct-dic 2003, Instituto de Desarrollo Económico y Social.

Portocarrero, Gonzalo, editor, (1998), *Las clases medias: entre la pretensión y la incertidumbre*, Taller de Estudios de las Mentalidades Populares, Tempo, Oxfam-Gran Bretaña, Sur Casa de Estudios del Socialismo, Lima.

Real Academia Española (1992), *Diccionario*, Vigésima primera edición, tomo II, Madrid.

Rueda, Marco Vinicio, (2001), *Testimonios*, Centro Ignaciano Pedro Arrupe, Quito.

Salgado, Pablo, (2007), *Revista Capital en el Arte*, industrias Culturales, pág. 41, número 4, en revista Conquito, Quito.

Seung Sahn, zen master, (1997), *The Compass of Zen*, Shambhala Dragon Editions, Boston.

Strauss, Sarah, (2005), *Positioning Yoga: balancing acts across cultures*, Berg, United Kingdom.

Susuki, Daisetz, Teitaro, (1973), *Introducción al Budismo zen*, editorial Kier S. A., Buenos Aires.

Ortiz, Crespo, Santiago, (1996), *La Crisis del Liberalismo*, en Nueva Historia del Ecuador, volumen 9, Corporación Editora Nacional, Quito (pág 163-164)

Ortiz, Grijalva, Patricia, (1995), *Producción y conflicto de identidades femeninas, la mujer de clase media entre los años 70 y 80*, tesis de licenciatura en sociología y Ciencias políticas Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito.

Thompson, E.P., (1980), *The Making of the English Working Class*, Penguin Group, Londres.

Troya, Fernández, María del Pilar, (1999), *No soy machista pero... identidades e imaginarios masculinos en la clase media de Quito*, tesis de licenciatura en Antropología, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito.

Turner, Victor, (1969), *The Ritual Process: structure an anti-structure*, Cornell University Press, New York.

Wacquant, Loïc, (1985), *Heuristic Models in Marxian Theory*, *Social Forces*, vol. 64, No. 1 (sept, 1985) pp. 17-45, University of North Carolina Press.

Wacquant, Loïc, (2004), *Entre las cuerdas, Cuadernos de un aprendiz de boxeador*, Alianza Editorial, Madrid.

Watts, Alan, (1980), *El Camino del Zen*, Pocket Edhasa, Barcelona.

Williams, Raymond, (2000), *Palabras Clave, un vocabulario de la cultura y la sociedad*, Nueva visión, Buenos Aires.

**Anexos:**

## **Listado de entrevistas**

-Nombre verdadero, pseudónimo y fecha de entrevista (todas fueron realizadas en Quito – año, mes, día)

Andrea Avila: Adriana 08/03/01

Cecilia Guerra: Carmen: 08/02/12

Germania Mafla: Gladis: 08/05/13

Gioconda Coello: Gabriela: 08/05/09

Hugo Ramos: Hector: 08/05/08

Leonor Loyola: Lucía : 08/02/13

Marco Tapia: Marcelo: 08/02/23

Martha Macías: Mercy: 08/04/24

Nelson Pacheco: Néstor: 08/02/14

Santiago Benavides: Sebastián: 08/05/10

Vera de Khon: se mantiene igual 08/02/19

Yolanda Arias: Jenny 08/04/24