



USAL

UNIVERSIDAD DEL SALVADOR

Escuela de Estudios Orientales
"Rev. Padre. Ismael Quiles S.J."

TECNICATURA UNIVERSITARIA EN YOGA

Proyecto Cátedras Abiertas

Coordinación: Lic. Esteban Piltch

El "sí mismo", in-sistencia encarnada

Prof. Marcela Aguirre Mundani

El ser humano siente el impulso de conocerse a sí mismo.

¿Qué es el "sí mismo" para Quiles?

"Sí mismo" es igual a yoidad, identidad, mismidad. Y tiene tres niveles en su estructura óptica:

- Sí mismo individual o personal

Es decir que soy único, distinto de otros. Tengo unidad e identidad.

- Sí mismo integral

Significa que reúne todos mis aspectos; incluye todo cuanto es constitutivo en mí (mi cuerpo, mi carácter, mi estructura psicológica, mi cultura, mi entorno, etc.)

- Sí mismo esencial

Lo más profundo y culminante de mi ser. El núcleo desde donde todo surge en mí y donde todo se apoya. Ese centro interior es mi realidad más profunda, a la que se refieren todas las demás realidades que me constituyen.

El "sí mismo" es autoconsciente, es decir que se da cuenta de sí. Es un hecho de experiencia que cada uno puede constatar.

En este conocimiento nadie puede sustituirme, porque es un conocimiento experiencial cuyo único camino consiste en dirigir nuestra mirada interior al fondo de nuestra experiencia del "sí mismo".

Es un camino de observación, de contemplación, de meditación profunda.

En su libro "Cómo ser sí mismo", Quiles pregunta:

"¿Ha sentido a veces el impulso de huir de sí mismo? Pero ¿adónde puede huir donde no esté usted mismo?"

La esencia del hombre es "su capacidad de estar-en-sí" que Padre Quiles llama in-sistencia. La in-sistencia es el fondo último del ser, su centro interior. Es la última estructura óptica; su ser en sí.

Nuestra in-sistencia no se halla a sí misma sino "en el mundo" y "con el mundo", lo cual experimentamos por y en nuestro cuerpo. Es decir, "Nuestra in-sistencia está –por su esencia- ligada a un cuerpo material (...) lo que expresamos por la frase insistencia encarnada" –explica Quiles-.

Si soy humano, soy in-sistencia encarnada. La corporeidad no es algo que me fue agregado. Como expresa Gabriel Marcel: "Soy una unidad substancial de cuerpo y alma".



USAL

UNIVERSIDAD DEL SALVADOR

Escuela de Estudios Orientales
"Rev. Padre. Ismael Quiles S.J."

TECNICATURA UNIVERSITARIA EN YOGA

Proyecto Cátedras Abiertas

Coordinación: Lic. Esteban Piltch

Los modos de realización o plenificación del "sí mismo" son desde el cuerpo que me integra, rodeado por e inmerso en las circunstancias, interactuando en y con el mundo, el prójimo y Dios.

Soy un ser insistente (esto es, firmemente establecido en mi interior) pero además, existente (con un impulso óntico de comunicarse, interactuar en el mundo).

Por la intercomunicación con la exterioridad, la in-sistencia crece ónticamente, se encuentra siendo más sí misma, reforzando su interioridad.

Pero... ¿cómo lo hago?

"Practicando, –dice Quiles- haciéndolo. Tratando de ejercitarlo cada vez."

¿Cómo se puede realizar en la práctica la esencia del estar en sí, del dominio del "sí mismo", del autocontrol y crecimiento con serenidad e identidad?

La práctica repetida y metódica es el secreto de cualquier quehacer, ABHYASA, lo llamamos en Yoga.

El Yoga nos proporciona herramientas que nos ayudan a tomar conciencia de que estamos firmemente establecidos en nuestra esencia; de que somos in-sistencia encarnada.

La práctica de sus técnicas nos harán sentir bien con nuestro sí mismo, que es integral, para interactuar libre y responsablemente en la existencia con el mundo, con el prójimo y con Dios.