

¿ECLIPSE DE LA RELIGIÓN, EMERGENCIA DE LA ESPIRITUALIDAD?

Artículo publicado en *Acontecimiento. Revista de pensamiento personalista y comunitario*, nº 158 (2026) 21-25,

La revista “Acontecimiento” es el principal órgano de expresión del Instituto Emmanuel Mounier (IEM).

Desde hace unas décadas, diferentes estudios sociológicos del hecho religioso constatan, al menos en Occidente, un significativo declive de la religión, al mismo tiempo que anotan una emergencia notable de lo que, genéricamente, denominan “espiritualidad”.

Dichos estudios se centran, de manera particular, en Occidente y, más en concreto, en la religión cristiana, por el notable influjo y presencia de la misma en la configuración sociocultural de este espacio del planeta.

En las reflexiones que siguen me ceñiré a lo que conozco de primera mano: el momento actual del cristianismo, en cuanto religión institucionalizada, y el “clima” espiritual que parece observarse en Occidente. Soy consciente de que se trata de un esbozo sometido a crítica y revisión, ya que el análisis de cualquier fenómeno sociocultural requiere una distancia histórica de la que carecemos. Eso hace que ponga el título entre interrogantes. A pesar de ello, me parece posible poner de relieve algunos elementos que caracterizan el momento que está viviendo “lo religioso” y “lo espiritual” en nuestro entorno más cercano¹.

La utilización de las comillas al nombrar ambos términos indica que requieren una explicación introductoria. Sabemos que las palabras suelen ser polisémicas e incluso ambiguas, como demuestra el hecho de que, con frecuencia, las discusiones se tornan irresolubles porque, aun de manera inconsciente, se atribuyen a los mismos términos significados diferentes.

¿De qué hablamos cuando hablamos de religión?

Cualquiera que sea la actitud que cada persona adopte ante ella, parece que nadie puede negar el lugar preponderante que ha ocupado la religión en los últimos milenios de la historia humana. Un lugar -como suele ocurrir con todo lo humano- innegablemente ambiguo. Porque si, por un lado, la vivencia religiosa responde al universal anhelo humano de trascendencia, por otro, ha sido utilizada y manipulada al servicio de intereses egoicos, muchas veces en connivencia con el poder y su insaciable afán de control y dominio.

La etimología del término “religión” -*religare*- remite al *anhelo humano de trascendencia y unidad*, en la intuición de que ambas dimensiones se hallan

¹ Dado el espacio limitado de este artículo, en nota a pie de página, remitiré a aquellos libros que he escrito, en los que, para las personas interesadas, se desarrollan más ampliamente los temas aquí enunciados.

constitutivamente unidas: solo cuando trascendemos nuestra identificación con el yo -abandonando la falsa creencia que nos identifica con él-, podemos vivir la unidad radical con toda la humanidad y con todos los seres, y solo entonces es posible re-leer la realidad desde un lugar acertado -otra etimología del término “religión” remite a *relegere*: volver a leer-.

Con todo, cuando hablamos de religión, la gente suele entender aquella realidad que entra por los ojos, es decir, la religión institucionalizada en torno a un credo (o conjunto de creencias), unos ritos y unas normas, bajo la guía y la supervisión de una autoridad jerarquizada, más o menos rígida. Y todo ello, entendido y presentado como “sagrado”, es decir, como proveniente, de manera directa, de una divinidad, que garantizaría la verdad de todo el entramado religioso.

Soy consciente de que ese modo de presentarla parece identificar la religión con el teísmo, pero esa es la forma que ha asumido en Occidente. Y el teísmo -de nuevo, como todo lo humano- es una realidad ambigua, por lo que parece conveniente señalar sus luces y sus sombras para, de ese modo, entender mejor la crisis que le ha sobrevenido.

A modo de síntesis, puede decirse que la religión, en cuanto institución así reconocida, apareció hace unos siete mil años. Y lo hizo condicionada -no podía ser de otro modo- por el momento histórico en que nació: en un *nivel de consciencia mítico* y en un *modelo mental de conocer* (que implica necesariamente una concepción dualista de la realidad). Como resultado, se entienden sus *cuatro características básicas*, que serán precisamente las que le harán entrar en crisis²: *mítica, heterónoma, estática y excluyente*, ya que, al identificar la propia creencia con la verdad, se concluye que la propia es la “única religión verdadera” y que el propio pueblo es el “pueblo elegido”, por lo que se llegaba a afirmar que “fuera de la Iglesia no hay salvación”.

El teísmo, como configuración religiosa, enriqueció el proceso de la evolución humana en, al menos, tres aspectos fundamentales: potenció la “*personalización*” de los seres humanos -un dios “personal” estimulaba la propia autocomprensión en clave igualmente personalista-, la *dimensión relacional-afectiva* y el desarrollo del *principio ético* (o “*etización*” de la humanidad), al ajustar la propia conducta a los principios proclamados por la religión y que creían provenientes de la divinidad.

Ahora bien, junto con esa innegable riqueza, el teísmo contenía tres riesgos graves: el *dualismo* característico del estadio mítico y del modelo mental fortalecía en la práctica la falsa consciencia de separatividad, dando como resultado una consciencia de alienación, que se reflejaba en actitudes de sometimiento infantilizante, rebeldía adolescente y resentimiento más o menos amargado; la *proyección* -como mecanismo mental- daba como resultado un dios

² E. MARTÍNEZ LOZANO, *La botella en el océano. De la intolerancia religiosa a la liberación espiritual*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2009.

antropomorfo, creado a imagen y semejanza de los humanos que creían en él; finalmente, la *absolutización de la propia creencia* -identificada nada menos que con la verdad absoluta e inmutable- no podía derivar sino en fanatismo y proselitismo.

Fueron precisamente estos tres factores, dependientes del momento histórico en que nació, unidos a las cuatro características mencionadas anteriormente, los que estaban poniendo las bases para que, antes o después, la religión teísta entrara en crisis, una crisis que se hizo particularmente evidente a partir de la Modernidad y de la Ilustración.

¿Por qué entra en crisis la religión?

La crisis se hace manifiesta a través de *síntomas específicos*, que se van ahondando con el paso de los años. Entre ellos, cabría señalar los siguientes: creciente desafección religiosa, crisis de la institución, alta disonancia de los “dogmas” centrales del cristianismo -creación, doctrina del llamado “pecado original”, encarnación, redención, trinidad, inmaculada concepción, ascensión...³-, resistencias crecientes ante el mismo término “Dios”, comprensión de las “creencias” como constructos mentales, incluso el mismo debate actual sobre la necesidad de superar el teísmo (posteísmo) y la expansión de una espiritualidad postreligiosa...

Ante la magnitud de los síntomas, se aventuran diferentes causas de los mismos: hay quien atribuye el declive religioso a lo que consideran que es una deriva individualista y narcisista característica de Occidente; para otros, la causa habría que buscarla en los cambios que se han introducido en el interior de la propia Iglesia. Sin embargo, parece claro que tales explicaciones se quedan cortas y no alcanzan a explicar la hondura de la crisis.

Entre los *factores decisivos* de la misma habría que anotar los siguientes: el *proceso de secularización*, entendido como liberación progresiva de la tutela fiscalizadora de la iglesia, un proceso de emancipación del control eclesiástico y de la afirmación de la autonomía humana, que se fue dando, de manera progresiva, en todos los ámbitos sociales y culturales; la situación de *pluralismo cultural y religioso*, que, en la práctica -al entrar en contacto con otras creencias diferentes-, suponía relativizar las propias; un *cambio radical de paradigma*, que llevaba consigo una cosmovisión radicalmente diferente a aquella otra en la que se gestó la religión teísta; el *cambio de nivel de consciencia*, superando el estadio mítico,

³ E. MARTÍNEZ LOZANO, *¿Qué decimos cuando decimos el Credo? Una lectura no-dual*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2012; *Cristianos más allá de la religión. Cristianismo y no-dualidad*, PPC, Madrid 2015.

cuestionando el modelo mental de cognición y abriéndose al estadio transpersonal⁴...

Todo ese conjunto de factores fue dando paso a una crisis profunda que afectaba, no solo a algunas creencias, normas o ritos, sino al propio núcleo del teísmo, como configuración religiosa que se está viendo superada por la propia evolución de nuestra capacidad de comprensión.

Todo ello ha dado como resultado que las formulaciones tradicionales hayan quedado radicalmente obsoletas en la cultura moderna y postmoderna. Lo cual se entiende mejor cuando se tiene en cuenta el *contraste palmario de las características de la religión mítica con las características de la Modernidad*. En concreto, frente al pensamiento mítico, la Modernidad ensalza la racionalidad; frente a la heteronomía, la autonomía a ultranza; frente a la centralidad de la creencia, la crítica de todas ellas, consideradas como constructos humanos; y frente a la idea de un dios separado e intervencionista (dualismo), el reconocimiento de la unidad de todo lo que es (no-dualidad). Todo ello queda reflejado en el siguiente esquema:

CARACTERÍSTICAS DE LA RELIGIÓN MÍTICA	CARACTERÍSTICAS DE LA MODERNIDAD
Pensamiento mítico	Racionalidad
Heteronomía	Autonomía
Centralidad de la creencia	Crítica de las creencias
Idea de un dios separado e intervencionista	Unidad de todo lo que es (no-dualidad)

Semejante contraste había de conducir necesariamente a la crisis del teísmo, abriéndose un horizonte posteísta e incluso postreligioso⁵. La conciencia moderna tiene claro que la religión es un constructo humano, advirtiendo la sutil trampa teísta, trampa que ocurre siempre que una religión afirma ser la verdadera porque así lo dice la propia religión.

El hecho de reconocer la religión como un constructo humano la desnuda de su carácter “revelado” (divino), aunque se siga reconociendo en ella una intuición válida o sabiduría atemporal. Ahora bien, la crisis provocada por los factores mencionados estaría acelerando el *paso de la religión*, tal como la hemos venido entendiendo, a *la espiritualidad no religiosa*, sin adjetivos ni creencias, la espiritualidad entendida como profundidad humana.

¿De qué hablamos cuando hablamos de espiritualidad?

⁴ E. MARTÍNEZ LOZANO, *¿Qué Dios y qué salvación? Claves para entender el cambio religioso*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2008.

⁵ <https://www.enriquemartinezlozano.com/posteismo-y-no-dualidad-un-cambio-de-paradigma/>

En el marco de un dualismo que hoy nos resulta absolutamente trasnochado, que contraponía cuerpo (materia) y espíritu, se solía entender la espiritualidad como algo separado de las preocupaciones inmediatas de la vida cotidiana. En una mirada fragmentadora de la realidad, se subrayaba el carácter absoluto de “lo espiritual”, pero a costa de contraponerlo a “lo material”, en un planteamiento que parecía exigir optar por lo uno o lo otro.

En ocasiones, sobre todo en el marco de las grandes religiones, la espiritualidad se entendía como una forma concreta y peculiar que podía adoptarse dentro de la religiosidad común y compartida. En tal planteamiento, lo prioritario era la religión; las “espiritualidades” -así, en plural- se concebían como peculiaridades o caminos específicos, siempre dentro del incuestionable marco religioso.

En la actualidad, bajo la etiqueta de “espiritualidad”, pueden encontrarse todo tipo de planteamientos y propuestas, en las que se dan cita la atracción por lo esotérico y el gusto por lo “novedoso”, en una amplia variedad de ofertas para todos los gustos.

Más allá de todos esos posicionamientos, aun reconociendo la verdad de ciertas intuiciones básicas en prácticamente todos ellos -por más que luego se plasmen en afirmaciones y prácticas que me resultan inasumibles, porque han derivado hacia el campo de las creencias-, entiendo la espiritualidad como *profundidad humana* o profundidad, a secas, aludiendo con este término al *fondo común, último y compartido de todo lo real* o, por decirlo sencilla y brevemente, a “*lo que es*”⁶.

Así entendida, la espiritualidad *no es una dimensión más* de lo real, como tampoco del ser humano, sino aquello que, más allá de nuestra persona o nuestro yo -lo que llamamos “personalidad”- constituye *nuestra verdadera y genuina identidad*. Por decirlo de un modo más gráfico: si la religión es algo que tenemos (o podemos tener), la espiritualidad es aquello que somos. Y, precisamente, por ser la identidad compartida, no cabe hablar de espiritualidad que no incluya la vivencia de la fraternidad con todos los humanos y con todos los seres. En consecuencia, *la vivencia de la espiritualidad se identifica con lo que solemos llamar plenitud humana*.

En este planteamiento, en sentido estricto, la espiritualidad no se ve ya como un camino específico dentro de la religión, sino más bien al contrario: *las religiones son configuraciones históricas de la espiritualidad genuina de base*. Más en concreto: lo que somos -espiritualidad, nuestra identidad universal, una y compartida- se ha ido desplegando históricamente en diferentes formas religiosas (o, simplemente, religiones históricas).

⁶ E. MARTÍNEZ LOZANO, *Profundidad humana, fraternidad universal. La espiritualidad no-dual*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2022.

Para hablar de religión y espiritualidad se suele recurrir a las imágenes del vaso y el vino, o del mapa y el territorio. El error se produce cuando nos aferramos al vaso o al mapa (religión) olvidando o relegando lo que realmente anhelamos (lo que somos).

La religión puede ser un marco o un mapa que ayude a las personas en su recorrido⁷. Sin embargo, parece claro que *la meta solo puede ser una: comprender lo que somos y vivirnos en coherencia con ello*. Eso es ser “espiritual”. No se trata tanto de lo que hacemos, como *desde dónde* lo hacemos. Porque la espiritualidad es esencialmente integral e integradora: no deja nada fuera, abraza absolutamente todo, en un camino de comprensión que cada persona habrá de ir recorriendo.

¿Qué es el camino espiritual?

Dicho metafóricamente, el camino espiritual es, sencillamente, el camino de “vuelta a casa”, la casa, por cierto, de la que nunca habíamos salido, ya que constituye nada menos que nuestra identidad más profunda. Se trata, por tanto, como recuerdan las tradiciones sapienciales, de “un camino sin camino”. Solo se requiere salir de la ignorancia que nos mantenía alienados de nosotros mismos, ciegos e ignorantes de nuestra propia verdad y comprender que ya somos todo aquello que estábamos buscando fuera.

Es probable que quienes provenimos del mundo religioso, en algún momento nos hayamos considerados *repetidores* de creencias aprendidas desde niños -adheridos a creencias de “segunda mano”-; más tarde, nos convertimos en *seguidores* -de un ser en quien creíamos-. Sin embargo, en el momento en que caen las creencias, nos descubrimos como *buscadores* hasta que, finalmente, comprendemos lo que realmente somos; a partir de ese momento, no podemos ser sino *reconocedores* que han caído en la cuenta de su verdad profunda. No hay nada que hacer; solo comprender lo que somos. De ahí brotará, desapropiada, la acción adecuada en cada momento.

La espiritualidad no tiene creencias. Como ha quedado dicho con anterioridad, toda creencia es un mero constructo mental, que puede apuntar hacia una verdad mayor, pero que carece de consistencia propia. Por lo que, en el camino espiritual, antes o después, toda creencia habrá de caer.

La creencia, en el mejor de los casos, apunta a la verdad, pero no es la verdad. *La verdad no puede ser pensada ni verbalizada; solo puede ser sída*. De

⁷ De hecho, toda religión contiene, en su origen, antes de fosilizarse en una institución rígida e inamovible, grandes intuiciones sapienciales y, en consecuencia, atemporales. Por mi parte, he tratado de “rescatar” las grandes intuiciones evangélicas en *Sabiduría para despertar. Una lectura transpersonal del evangelio de Marcos*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2011; *En el principio era la vida. Comentario al evangelio de Juan*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2019; *otro modo de leer el evangelio. Comentario al evangelio de cada día. Ciclo C*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2015; *Guía para volver a casa. Ciclo A*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2016; *El evangelio lee nuestro anhelo, Ciclo B*, Desclée De Brouwer, Bilbao 2017.

ahí que el camino espiritual sea un camino experiencial que requiere un proceso de autoindagación, en la certeza de que no llegaremos a comprender la verdad de lo que somos a través de la creencia ni de la elucubración mental, sino por el camino de la indagación, la experimentación y el silencio de la mente.

La *primera pregunta* de ese camino solo puede ser esta: *¿qué soy yo?* Tal como podía leerse en la inscripción que aparecía en el templo de Apolo en Delfos, “conócete a ti mismo y conocerás al universo y a los dioses”. Y eso es así porque, como afirmara el Maestro Eckhart, “el fondo de Dios y mi fondo es el mismo fondo”. Hasta que no sepas qué eres, “Dios” no podrá ser para ti sino un constructo mental, una obra proyectada por tu propia mente.

Al comprender, de manera experiencial, lo que somos en profundidad, caemos en la cuenta de que aquello que nombrábamos como “Dios” no es un ser separado, sino un *estado de ser*, “lo que es” (Yhwh, en lenguaje bíblico), lo que somos en nuestra identidad profunda⁸.

Tal comprensión significa el final de todo dualismo, así como de toda creencia. Cesa definitivamente la búsqueda. Estamos en “casa”. Y comprendemos igualmente que, por fuerte que sea el oleaje en la superficie, el fondo del océano es siempre quietud; por adversas que sean las circunstancias para el yo, lo que somos se halla siempre a salvo.

La espiritualidad genuina es una con la no-dualidad. Porque la Realidad solo puede ser una: todo lo que percibimos no son sino formas que la Realidad adopta, tal como expresara con claridad Antonio Blay: “Hay una sola Realidad. Pero no la vivimos directamente, sino a través de la mente, y la mente la fracciona: cuando la ve dentro, la llama «yo»; cuando la ve fuera, la llama «mundo»; cuando la ve arriba, la llama «Dios»”.

De este modo, el llamado “camino espiritual” nos conduce desde un paradigma materialista, teísta y dualista a otro postmaterialista, espiritual y no-dual.

La no-dualidad da razón de la paradoja constitutiva de lo real: todo son diferencias y, a la vez, todo es uno. Tal comprensión muestra, como ha quedado dicho más arriba, que la espiritualidad es, necesariamente, integral -abarcando todas las dimensiones humanas: psicológica, social, política, ecológica...- e integradora -fuente de unificación y de fraternidad. Y, por ello mismo, es fuente eficaz de transformación. Al modificar de manera radical nuestro modo (mental) de ver, posibilita una ampliación de la consciencia, que se traduce en una vivencia marcada por la sabiduría, la ecuanimidad, el amor compasivo -la fraternidad es indisoluble de la profundidad- y el gozo sereno.

Más allá de las creencias, la espiritualidad -en cuanto sabiduría o comprensión experiencial de lo que somos en profundidad- es fuente, a la vez, de *integración* o unificación personal y de *despliegue* gratuito hacia los demás y hacia

⁸ En su raíz indoeuropea, el término “Dios” (dev) significa, sencillamente, luz o luminosidad.

toda la realidad. Una y otro no son forzados ni nacen de ningún empeño voluntarista; fluyen, gratuita y desapropiadamente, de lo que somos.