

El Libro de los Secretos

Vol. 3

OSHO

Compártelo

MA GYAN DARSHANA

osho_library@gruposyahoo.com

Capítulo 41

Métodos Tántricos para ser Consciente y no Juzgar

Los Sutras

64 *Al comienzo de un estornudo, cuando sientas pavor, en medio de la ansiedad, sobre un abismo, en una batalla, al sentir una curiosidad extrema, al principio del hambre, al final del hambre, sé consciente ininterrumpidamente.*

65 *La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros. En realidad, no consideres nada puro o impuro.*

La vida es una paradoja. Para ir cerca tienes que viajar muy lejos, y lo que ya se ha logrado tienes que volver a lograrlo. Nada se pierde. El hombre permanece natural, el hombre permanece puro, el hombre permanece inocente; es sólo que lo olvida. La pureza no es alterada, la inocencia no es destruida. Sólo hay un profundo olvido.

Lo que hay que lograr ya lo eres. En esencia, no hay que lograr nada nuevo. Sólo tienes que descubrir, desvelar, abrir lo que ya está ahí; de ahí tanto la dificultad como la simplicidad del esfuerzo espiritual; las dos cosas... Es muy sencillo si puedes entender, pero es muy difícil porque tienes que comprender lo que has olvidado completamente, lo que es tan obvio que nunca tomas consciencia de ello, lo que es como tu respiración. Sucede continuamente, ininterrumpidamente, pero como sucede continuamente, ininterrumpidamente, no necesitas ser consciente de ello. Tu consciencia no es necesaria; no es un requisito básico. Puedes olvidarla o puedes recordarla; es una elección.

Samsara y nirvana, el mundo y el estado liberado de consciencia, no son dos cosas; sólo dos actitudes, sólo dos opciones. Puedes elegir cualquiera de las dos. Puedes estar en el mundo debido a cierta actitud, y el mismo mundo se vuelve el *nirvana*, el mismo mundo se vuelve dicha absoluta, con sólo cambiar de actitud. Sigues siendo el mismo, todo permanece

igual; sólo se requiere un cambio de enfoque, un cambio de énfasis, un cambio de opción. Es fácil. Una vez que hayas logrado la dicha absoluta, te reirás de ello. Una vez que la conozcas, no podrás comprender por qué te la estabas perdiendo, cómo podías perdértela. Siempre estuvo ahí esperando a que la vieras, y era tuya.

Un buda se ríe. Todo el que lo alcanza se ríe, porque todo ello parece ridículo. Estabas buscando algo que nunca se había perdido. El esfuerzo entero era absurdo. Pero esto sucede sólo cuando lo has alcanzado, de modo que los que lo han alcanzado dicen que es muy simple. Pero los que no lo han alcanzado dicen que es lo más arduo, lo más difícil; en realidad, no simplemente difícil, sino lo más imposible.

Estos métodos de los que hablaremos son dichos por alguien que lo ha alcanzado...; recuerda esto. Parecerán demasiado simples, y lo son. Para nuestras mentes, las cosas tan simples no pueden ser atractivas, porque si estas técnicas son tan sencillas y la morada está tan cerca, si ya estás en ella, si las técnicas son tan simples y el hogar está tan cerca, te parecerás ridículo a ti mismo. Entonces ¿por qué te lo estás perdiendo? En vez de sentir la ridiculez de tu propio ego, pensarás que unos métodos tan simples no pueden ayudar.

Eso es una falacia. Tu mente te dirá que estos métodos simples no pueden servir para nada, que son tan simples que no pueden lograr nada. Para lograr la existencia divina, para lograr lo absoluto y lo supremo, ¿cómo van a usarse métodos tan simples? ¿Cómo van a servir para algo? Tu ego dirá que no pueden servir para nada.

Recuerda otra cosa: el ego siempre está interesado en algo que es difícil, porque cuando algo es difícil hay un desafío, y si puedes superar la dificultad, tu ego se sentirá satisfecho. El ego nunca se siente atraído hacia nada que sea simple, ¡nunca! Si quieres darle a tu ego un desafío, tienes que urdir algo difícil. Si algo es simple, no hay atracción, porque, incluso si puedes conquistarlo, no habrá satisfacción para el ego. Para empezar, no había nada que conquistar; era muy simple... El ego pide dificultades: algunos obstáculos que superar, algunas cimas que conquistar. Y cuanto más difícil sea la cima, más a gusto se sentirá tu ego.

Como estas técnicas son tan simples, no tendrán ningún atractivo para tu mente. Recuerda: lo que atrae al ego no puede ser útil para tu crecimiento espiritual. Sólo lo que no tiene atractivo para tu ego puede ser una ayuda hacia la transformación. Pero esto es lo que sucede: si algún maestro dice que esto o lo otro es muy difícil, muy arduo, que sólo después de vidas y vidas y vidas tendrás la posibilidad de algún vislumbre, tu ego se sentirá bien.

Estas técnicas son tan simples que ahora mismo, aquí y ahora, ello es posible. Pero entonces no hay contacto con tu ego. Si digo que ahora mismo, aquí, en este mismo momento puedes lograr todo lo que le es posible lograr al hombre, que puedes volverte un buda o un Cristo o un Krishna en este mismo momento, aquí y ahora, sin perder un sólo instante, entonces no habrá contacto con tu ego. Dirás: «Esto no es posible. Debo ir a alguna otra parte a buscarlo». Y estas técnicas son tan simples que puedes lograr todo lo que le es posible lograr a la consciencia humana en el momento en que decidas lograrlo.

Cuando digo que estas técnicas son simples, quiero decir muchas cosas. Primero, la explosión espiritual no está causada por nada; no es un fenómeno causal. Si estuviera causada por algo, entonces sería necesario tiempo, porque se requiere tiempo para que la causa tenga lugar. Y si se requiere tiempo, entonces no puede ser, no puede suceder en este mismo momento. Entonces tendrás que esperar a mañana o a otra vida. Será necesario el momento siguiente. Si algo es causal, entonces la causa tiene que tener lugar, y entonces tras la causa vendrá el efecto, y no puedes producir el efecto ahora mismo sin la causa; se necesitará tiempo. Pero un suceso espiritual no es un fenómeno causal. Ya estás en ese estado; sólo es necesario recordar. No es un fenómeno causal.

Es de esta manera: alguien te ha despertado de pronto por la mañana y no puedes reconocer dónde estás. Por un momento puede que ni siquiera reconozcas quién eres. En un despertar repentino de un sueño profundo, puede que no seas capaz de reconocer el lugar, la hora, pero en un momento lo reconocerás. Cuanto más alerta te pongas, más reconocerás quién eres, dónde estás y qué ha sucedido. Esto no es algo causal: sólo una cuestión de alerta. Al aumentar la alerta, reconocerás.

Todas estas técnicas son para aumentar la alerta. Ya eres la persona que ansías ser, ya estás donde quieres llegar. Ya has llegado a casa. En realidad, nunca saliste de ella. Siempre has estado allí, pero soñando, dormido. Puedes dormirte aquí y luego puedes soñar, y en tu sueño puedes ir a cualquier parte; puedes ir al infierno o al cielo o a cualquier parte.

¿Has observado alguna vez que dondequiera que estés en tu sueño, una cosa es segura?...: nunca estás en la habitación en la que estás dormido. ¿Has observado ese hecho? Puedes estar en cualquier parte, pero nunca estarás en la misma habitación, o en el mismo lecho en que estás. Como ya estás ahí, no hay necesidad de soñar con ello. Soñar significa que tienes que salir de viaje.

Puede que estés durmiendo en esta habitación, pero nunca soñarás con esta habitación. No hay necesidad, ya estás ahí. La mente desea algo que no hay, así que la mente se va. Puede que vaya a Londres, a Nueva York, a Calcuta, a los Himalayas, al Tíbet, a cualquier parte. Puede ir a cualquier parte, pero nunca estará aquí. Puede estar en cualquier parte, pero nunca aquí: y tú estás aquí.

Esto es lo que pasa. Estás soñando. Tu existencia divina está aquí; tú eres *eso*. Pero has estado viajando mucho tiempo... Y cada sueño crea una nueva secuencia de sueño. Cada sueño crea nuevos sueños, y sigues soñando y soñando y soñando.

Todas estas técnicas son ¡sólo para ponerte alerta, para que puedas salir de tus sueños y volver al lugar en que siempre has estado, al estado que nunca has perdido. Y no puedes perderlo, es tu naturaleza: es *swabhav*. Es tu propio ser, así que ¿cómo vas a perderlo? Estas técnicas son sólo para ayudar a que tu alerta crezca más, para ayudarla a que se vuelva más intensa. Con la intensidad de la consciencia, todo cambia. Cuanto más intensa es la consciencia, menor es la posibilidad de soñar; te vuelves más y más alerta de lo real. Cuanto menos intensa es la consciencia, más te pierdes en sueños. De manera que todo el fenómeno es que un estado mental no alerta es el mundo, y un estado mental alerta es el *nirvana*. No alerta eres lo que parece ser. Alerta eres lo que eres.

De modo que toda la cuestión es cómo transformar tu estado mental no alerta en un estado mental alerta, cómo volverse más

consciente, como dejar de dormir y soñar. Por eso las técnicas pueden resultar útiles. Incluso un despertador puede ser útil: un mecanismo artificial, un despertador. Si el despertador se pone en marcha, puede ayudarte a salir de tu sueño. Pero también puedes engañarlo; puedes incluso soñar con ello, y entonces todo se falsifica. Cuando el despertador se pone en marcha, puedes soñar, puedes tener un sueño también sobre el despertador. Puedes soñar que has entrado en un templo y las campanas están sonando. Has engañado al despertador. Podría haber roto tu sueño, pero puedes convertirlo en el sueño mismo; puedes hacerlo parte de tu sueño.

Si puedes hacerlo parte de tu sueño, si puede ser absorbido en el proceso de soñar, entonces no puede ayudarte. Puedes soñar cualquier cosa, y entonces no parecerá un despertador. Se habrá vuelto otra cosa. Has entrado en un templo y las campanas están... Ya no hay necesidad de despertar. Has convertido el despertador, lo real, en un sueño, y un sueño no puede ser perturbado por otro sueño; sólo puede ser ayudado.

Estas técnicas son todas artificiales en cierto modo. Son sólo estratagemas para ayudarte a salir de tu estado de sueño, pero puedes hacerlas también parte de tu sueño. Entonces pierdes la oportunidad. ¡Entonces *pierdes* la oportunidad! Intenta comprender esto, porque esto es muy básico. Y una vez comprendido, será útil; de lo contrario, puedes seguir engañándote a ti mismo.

Por ejemplo, yo digo: «Da un salto y toma *sannyas*». Eso es sólo un ardid. Tu vieja identidad se rompe; tu nombre de antes se vuelve como si le perteneciera a otra persona. Puedes mirar tu pasado con más desapego. Puedes ser un observador. Estás distante; se ha creado una distancia. Te doy un nuevo nombre y ropa nueva sólo para crear la distancia. Pero tú puedes hacerlo parte de tu sueño; entonces perderás toda la oportunidad. Puedes pensar aún desde el punto de vista de lo viejo: que el hombre de antes, A, ha tomado *sannyas*. Sientes: «Yo he tomado *sannyas*». «Yo» sigo siendo el de antes. «Yo» he cambiado mi ropa, mi nombre, pero «yo» sigo siendo el de antes, y lo de antes continúa. Ahora este *sannyas* es sólo algo añadido a lo de antes. No es discontinuo, sino continuo. Si es continuo, si *tú* has tomado *sannyas*, el de antes, si *tú* has cambiado de ropa y de nombre,

has perdido la oportunidad.

Tú debes de estar muerto; ya no debes de ser el de antes. Debes sentir que el de antes ha muerto, que esto es una nueva entidad que nunca conociste, que esto no es algo que ha crecido de lo de antes. Esto es discontinuo con lo de antes. Entonces, el ardid habrá ayudado. Entonces el despertador habrá funcionado y la técnica es útil. No estás perdiendo la oportunidad. Todas estas técnicas te dan la posibilidad de perdértelas o de usarlas; depende. Pero, recuerda bien, las técnicas son sólo técnicas. Si comprendes el espíritu, te puedes volver alerta incluso sin ninguna técnica.

Por ejemplo, puede que el despertador no sea necesario. Profundiza en ello. ¿Por qué necesitas un despertador? Si quieres levantarte temprano, a las tres de la mañana, ¿por qué necesitas un despertador? En lo más profundo de ti sabes que puedes engañarte a ti mismo, y en el fondo sabes que si realmente quieres levantarte a las tres, te levantarás a las tres y no es necesario ningún reloj. Pero con el reloj, apartas la responsabilidad. Tú ya no serás responsable. Ahora, si algo va mal, el reloj es responsable. Ahora puedes dormir sin dificultad. Ahora está ahí el reloj; puedes dormir sin ninguna perturbación.

Pero si realmente quieres levantarte temprano a las tres, te levantarás temprano a las tres. No es necesario ningún reloj. Esta misma intensidad para levantarte hará que suceda. Esta voluntad de levantarte a las tres puede ser tan intensa que es posible que no duermas en absoluto, y no habrá necesidad de levantarse; estarás ya despierto toda la noche. Pero para dormir bien es necesario el despertador. Entonces te puedes ir a dormir. Pero puedes engañar. Cuando el despertador se ponga en marcha, puedes engañar; puedes soñar con ello.

Estas técnicas sólo son útiles porque tu intensidad es baja. Si eres realmente intenso, no hay necesidad de ninguna técnica; puedes estar alerta. Pero tu intensidad no es tal. Incluso con la técnica puede que empieces a soñar, y hay muchas posibilidades. La primera posibilidad es que no creas que técnicas tan simples puedan ser de utilidad. Esto es lo primero. Entonces no hay contacto. En segundo lugar, puede que pienses que es necesario un proceso larguísimo, que vendrá gradualmente. Pero hay ciertas cosas que sólo suceden súbitamente; nunca llegan

gradualmente.

Esto me recuerda que le pidieron a Mulla Nasruddin que diera sus bendiciones a uno de los hijos de su vecino por su cumpleaños. Así que dijo: «Hijo, espero que vivas ciento veinte años y tres meses». A todo el mundo le extrañó este «y tres meses».

El hijo preguntó: «Pero ¿por qué? Está bien ciento veinte años. ¿Por qué "y tres meses"?».

Así que Mulla Nasruddin dijo: «No quisiera que murieras tan de repente. ¿Sólo ciento veinte años, y de repente te mueres? No quisiera que murieses tan súbitamente; por eso "y tres meses"».

Pero incluso con «y tres meses» morirás súbitamente de todas formas. Cuando vayas a morir, lo harás repentinamente. Toda muerte es una muerte repentina. Ninguna muerte es gradual, porque o estás vivo o estás muerto. No hay ningún proceso gradual. En un momento estás vivo y al momento siguiente estás muerto. No hay proceso temporal; la muerte es súbita.

El *samadhi* también es súbito. La explosión espiritual también es súbita. Es como la muerte. Es más como la muerte que como la vida; es repentina. Puede suceder en cualquier momento. Si estás listo, estas técnicas pueden ser útiles. No lo traerán gradualmente; en realidad, te llevarán gradualmente a estar listo para el suceso repentino. Recuerda esta distinción: te están preparando para que suceda el *samadhi* súbito.

Estas técnicas no son técnicas para el *samadhi*; son técnicas para prepararte, y entonces sucede el *samadhi*. Así que depende de ti cómo uses estas técnicas. Pero no pienses que es necesario un proceso muy largo, porque puede que eso sea sólo un truco. La mente dice que es necesario un proceso muy largo para que puedas posponer. Puedes decir: «Lo haré mañana o pasado mañana», y puedes seguir posponiendo para siempre. Una mente que pospone sigue siempre posponiendo. No es una cuestión de si lo vas a hacer mañana; sólo hay una cuestión, porque no lo vas a hacer hoy, eso es todo. Mañana será otra vez un hoy, y la misma mente dirá: «Muy bien, lo voy a hacer mañana».

Y, recuerda, nunca pospones para años. Pospones para un día, porque si pospones para años no puedes engañarte a ti

mismo. Dices: «Es sólo cuestión de un día. Es sólo hoy cuando no voy a hacerlo; lo haré mañana». Y el intervalo es tan pequeño que nunca te parece que lo estás posponiendo para siempre.

Mañana nunca llega, siempre es hoy. Y esta mente que piensa en función de mañana, *siempre* pensará en función de mañana. Y nunca llega, nunca ha sido, nunca será. Lo único que tienes es este momento, así que no sigas posponiendo.

Ahora nos adentraremos en las técnicas.

64 Al principio de una sensación fuerte, sé consciente.

Primera técnica: *Al comienzo de un estornudo, cuando sientas pavor, en medio de la ansiedad, sobre un abismo, en una batalla, al sentir una curiosidad extrema, al principio del hambre, al final del hambre, sé consciente ininterrumpidamente.*

Parece tan sencillo: al comienzo de un estornudo, cuando sientas pavor, en medio de la ansiedad o antes del hambre o después del hambre, sé *consciente ininterrumpidamente*. Hay que comprender muchas cosas. Actos muy sencillos, como estornudar, pueden ser usados como ardides, porque independientemente de lo simples que parezcan, son muy complejos, y el mecanismo interno es muy delicado. Siempre que sientas que llega un estornudo, ponte alerta, y puede que el estornudo no llegue en absoluto. Puede que simplemente desaparezca, porque un estornudo es algo involuntario: inconsciente, no voluntario.

No puedes estornudar voluntariamente; no puedes forzarlo. ¿Cómo vas a poder? ¡Qué desvalido es el hombre! No puedes forzar ni un simple estornudo. No importa cómo lo intentes, no puedes producirlo. Un simple estornudo..., algo tan pequeño, pero no puedes forzarlo. Es involuntario; no es necesaria la volición. No sucede a causa de tu mente; es a causa de todo tu organismo, todo tu cuerpo.

Y en segundo lugar, cuando te pones alerta, cuando está llegando el estornudo -no puedes hacer que venga, pero cuando esté llegando-, si te pones alerta, puede que no venga, porque estás añadiendo algo nuevo al proceso: la alerta. Puede que desaparezca, pero cuando el estornudo desaparece y estás alerta, hay una tercera cosa. Primero, un estornudo es involuntario. Tú

añades algo nuevo: la alerta. Cuando llega la alerta, puede que el estornudo no venga. Si realmente estás alerta, no vendrá; puede que no suceda en absoluto. Entonces sucede una tercera cosa. La energía que iba a ser liberada por medio del estornudo, ¿dónde va? Va a tu alerta. De pronto hay un *flash*, un destello. Te vuelves más alerta. La energía que iba a ser arrojada con el estornudo va a la alerta. De pronto te vuelves más alerta.

En ese *flash*, en ese destello, incluso la iluminación es posible. Por eso digo que estas cuestiones son tan simples, parecen absurdas. Su promesa parece ser excesiva. Con sólo estornudar, ¿cómo se va a poder iluminarse uno? Pero estornudar no es sólo estornudar; estás totalmente implicado en ello. Lo que haces o lo que te sucede es una implicación total. Observa de nuevo: siempre que sucede un estornudo, estás totalmente en él con todo tu cuerpo, toda tu mente. No es sólo en tu nariz donde está sucediendo el estornudo; cada fibra, cada célula de tu cuerpo está implicada en ello. Un sutil temblor, un sutil estremecimiento recorre todo el cuerpo, y con él todo el cuerpo se concentra. Y cuando el estornudo ha sucedido, todo el cuerpo se relaja. Pero es difícil llevar la alerta a ello. Si llevas la alerta a ello, no sucederá, y si sucede puedes saber que no había alerta. Por eso deberías estar alerta.

Al *comienzo* de un estornudo..., porque si ya ha comenzado, no se puede hacer nada. La flecha ha salido; ya no puedes cambiar nada. El mecanismo ha comenzado. La energía está en camino de ser liberada; no se la puede parar. ¿Puedes parar un estornudo a la mitad? ¿Cómo vas a poder pararlo a la mitad? Para cuando estés listo, ya ha sucedido. No puedes pararlo a la mitad.

Justo al principio, ponte alerta. En el momento en que notes la sensación de que está viniendo, ponte alerta. Cierra los ojos y sé meditativo. Pon toda tu consciencia justo en el punto en que estás sintiendo la sensación de un estornudo que se aproxima. Justo al principio, ponte alerta. El estornudo desaparecerá, y la energía será transformada en más alerta. Y como en el estornudo está implicado todo el cuerpo, está implicado todo el mecanismo -es un mecanismo para liberar energía, y tú estás alerta en este momento-, no habrá mente, no habrá pensamiento, ni meditación.

En un estornudo, el pensamiento se detiene.

Por eso a tanta gente le gusta el rapé. Les descarga; sus mentes se sienten más relajadas porque, por un momento, el pensamiento se detiene. El rapé les da un vislumbre de no pensar. Por medio del rapé, cuando llega el estornudo, son momentos, se vuelven cuerpos. La cabeza desaparece por un solo momento, pero es una sensación placentera.

Si te acostumbras al rapé, es muy difícil dejarlo. Es un hábito más penetrante que fumar; fumar no es nada comparado con ello. Penetra más profundamente, porque fumar es consciente y estornudar es inconsciente. Dejar el rapé es más difícil que dejar de fumar. Y fumar se puede cambiar, se pueden encontrar sustitutos, pero no hay ningún sustituto para el rapé, porque, en realidad, estornudar es un fenómeno muy único en el cuerpo.

La única otra cosa que puede compararse, y que ha sido comparada, es el acto sexual. Los que piensan en términos fisiológicos dicen que el acto sexual es como estornudar a través del órgano sexual. Y la similitud existe. No es cien por cien correcto, porque hay muchas más cosas implicadas en el sexo, hay cosas más importantes implicadas en él. Pero al principio, justo al principio, la similitud existe.

Se arroja algo por la nariz y te sientes aliviado y se arroja algo por el órgano sexual y te sientes aliviado. Y ambas cosas son involuntarias. No puedes entrar en el sexo a voluntad. Si lo intentas fracasarás..., especialmente los hombres, porque el órgano sexual del hombre tiene que hacer algo. Es activo. No puedes forzar su acto, y si lo intentas, entonces cuanto más lo intentes, más imposible será. Puede suceder, pero no puedes hacer que suceda. Debido a esto, en Occidente el sexo se ha vuelto un problema. En este medio siglo se ha desarrollado en Occidente el conocimiento de sexo, y todo el mundo se ha vuelto tan consciente de él que el acto sexual se está volviendo más, más imposible.

Si estás alerta, el sexo será imposible. Si un hombre está alerta mientras está haciendo el amor, cuanto más alerta esté, más difícil será. No podrá tener una erección. No puede ser forzada, y si la fuerzas, la perderás. El mismo método, la misma técnica, se puede usar en el sexo. Justo al principio, cuando notes la sensación de que vas a tener una erección pero aún no la tienes, siente la vibración, ponte alerta. La vibración se perderá, y

la misma energía irá a la alerta.

El tantra ha usado esto. Lo ha probado de muchas maneras. Habrá una bella mujer desnuda como objeto para la meditación, y el buscador, el meditador, se sentará ante la mujer desnuda medio tendida cerca de su cuerpo, su forma, sus proporciones, esperando a la primera sensación en el centro sexual. En el momento en que llegue la sensación, cerrará los ojos. Se olvidará de la mujer. Cerrará los ojos y se mantendrá alerta a la sensación. Entonces la energía sexual está siendo transformada en alerta.

Se le permite meditar con la mujer desnuda sólo hasta el punto en que sienta la sensación. Entonces tiene que cerrar los ojos y entrar en su propia sensación y ponerse alerta allí, lo mismo que se hace al estornudar. ¿Y por qué sucede este *flash*? Porque la mente no está ahí. Lo básico es que si la mente no está ahí y estás alerta, tendrás un *satori*, tendrás el primer vislumbre del *samadhi*.

El pensamiento es la barrera. De modo que si el pensamiento desaparece, de una manera u otra sucederá. Pero el pensamiento debe desaparecer; sólo entonces hay alerta. El pensamiento puede desaparecer incluso mientras duermes; el pensamiento puede desaparecer cuando te desmayas; el pensamiento puede desaparecer cuando tomas ciertas drogas. El pensamiento desaparece, pero entonces no hay alerta para ser consciente del fenómeno que está oculto detrás del pensamiento. Así, defino la meditación como consciencia sin pensamientos. Puedes estar sin pensamientos e inconsciente; entonces no tiene significado. Puedes estar consciente con pensamientos; ya lo estás.

Une estas dos cosas: consciencia y ausencia de pensamientos. Cuando se juntan, sucede la meditación, nace la meditación. Y puedes probar con cosas muy pequeñas, porque, en realidad, nada es pequeño. Incluso un estornudo es un fenómeno cósmico. En la existencia, nada es grande y nada es pequeño. Incluso un átomo diminuto puede destruir el mundo entero, e incluso un estornudo, un fenómeno muy atómico, puede transformarte.

Así que no consideres pequeñas o grandes las cosas. No hay nada pequeño y no hay nada grande. Si tienes el ojo penetrante, entonces son vitales cosas pequeñísimas. Entre los átomos hay universos ocultos, y entre el universo y un átomo no puedes decir

cuál es grande y cuál es pequeño. Incluso un solo átomo es un universo en sí mismo, y el mayor universo no es nada sino átomos.

Así que no pienses en términos de grande y pequeño. Pruébalo. No digas: «¿Qué puede suceder en un estornudo? He estado estornudando toda mi vida, y no ha sucedido nada».

Introduce esta técnica: Justo *al comienzo de un estornudo, cuando sientas pavor...*, cuando tengas miedo y llegue el miedo, cuando notes que llega el miedo, toma consciencia y el miedo desaparecerá. Con el estado de alerta no puede haber miedo. ¿Cómo vas a tener miedo cuando estás alerta? Sólo puedes tener miedo cuando pierdes la alerta. En realidad, un cobarde no es una persona que tiene miedo; un cobarde es una persona que está dormida, y un valiente es una persona que puede llevar su estado de alerta a los momentos de miedo. De manera que el miedo desaparece.

En Japón, adiestran a sus guerreros para estar alerta. El adiestramiento básico es para estar alerta, y todo lo demás es secundario: la habilidad con la espada, con el arco, todo es secundario. Se sabe, se dice del gran maestro Zen Rinzai que nunca logró -nunca logró en el tiro con arco dar en el punto correcto, en el blanco certero. Su flecha siempre erraba; nunca llegaba al punto certero. Y se le conoce como uno de los arqueros más insignes, así que la gente pregunta: «¿Cómo es que Rinzai es conocido como uno de los arqueros más insignes, cuando nunca daba en el blanco y erraba siempre el punto? Su flecha nunca daba en la diana, así que ¿cómo es que se le conoce como uno de los arqueros más sobresalientes?».

Los seguidores de Rinzai dicen: «No es el fin, sino el principio. No nos interesa que la flecha llegue a su fin; nos interesa cuando la flecha empieza su viaje. Nos interesa Rinzai. Cuando la flecha deja el arco, él está alerta; eso es todo. No es el resultado; eso es irrelevante».

Un hombre era discípulo de Rinzai. Él mismo era un gran arquero, nunca fallaba el blanco, y acudió a Rinzai para aprender, así que alguien dijo: «¿A quién vas para aprender? El no es un maestro; ni siquiera es un discípulo. Es un fracasado, ¿y tú eres un gran maestro y vas a Rinzai para aprender?».

Así que el arquero dijo: «Sí, porque yo he tenido éxito

técnicamente. Pero en lo referente a mi consciencia, soy un fracaso. Él es técnicamente un fracaso, pero en lo que concierne a su consciencia es el arquero y el maestro, porque cuando la flecha sale, él está alerta, y eso es lo importante».

Este arquero que era un maestro técnicamente tuvo que aprender durante años con Rinzai, y todos los días era cien por cien preciso con su puntería. Rinzai solía decir: «No, no lo haces bien. Técnicamente, la flecha sale correctamente, pero tú no estás en ello; no estás alerta. La sueltas estando dormido».

En Japón han estado adiestrando a sus guerreros primero para estar alerta, y todo lo demás es secundario. Un guerrero es valiente si puede estar alerta. Y se notó en la Segunda Guerra Mundial que los guerreros japoneses no tienen par; su valentía es incomparable. ¿De dónde les viene? Físicamente no son tan fuertes, pero el miedo no puede entrar en la consciencia, en el estado de alerta. No tienen miedo, y cuando llegue el miedo probarán métodos Zen.

Este sutra dice: *Cuando sientas pavor, en medio de la ansiedad...* Cuando te sientas ansioso, dominado por la ansiedad, pruébalo. ¿Qué se puede hacer? ¿Qué haces normalmente cuando estás ansioso? ¿Qué haces? Tratas de remediarlo. Pruebas alternativas, y te metes más y más en ella. Crearás un lío mayor, porque la ansiedad no puede remediarse por medio del pensamiento. No puede ser disuelta pensando, porque el pensamiento mismo es un tipo de ansiedad. De modo que la ayudas a crecer más. Pensando, no puedes salir de ella; te meterás más profundamente en ella. Esta técnica dice que no hagas nada con la ansiedad. Simplemente estate alerta. ¡Simplemente estate alerta!

Te contaré una vieja anécdota sobre Bokuju, otro maestro Zen. Vivía solo en una cueva, totalmente solo, pero durante el día, o incluso durante la noche, a veces decía en voz alta: «Bokuju» -su propio nombre-, y luego decía: «Sí, estoy aquí». Y no había nadie más.

Entonces sus discípulos le preguntaron: «¿Por qué estás llamando a "Bokuju", tu propio nombre, y luego dices: "Sí señor, estoy aquí"?».

Él dijo: «Siempre que empiezo a pensar, tengo que recordar estar alerta, así que digo mi propio nombre: "Bokuju". En el

momento en que digo "Bokuju" y digo "Sí señor, estoy aquí", el pensamiento, la ansiedad, desaparece».

Después, en sus últimos días, durante dos o tres años, nunca dijo Bokuju su nombre, y nunca tuvo que replicar: «Sí señor, estoy aquí».

Los discípulos le preguntaron: «Maestro, ahora nunca haces esto».

Así que él dijo: «Pero ahora Bokuju siempre está aquí. *Siempre* está aquí, y no hay necesidad. Antes solía echarle de menos. A veces la ansiedad se apoderaba de mí, me anublaba completamente, y Bokuju no estaba aquí. Así que tenía que recordar "Bokuju", y la ansiedad desaparecía...».

Prueba esto. Es muy hermoso. Prueba tu nombre. Cuando sientas una profunda ansiedad, simplemente di tu nombre -no Bokuju o cualquier nombre, sino tu nombre-, y luego contesta: «Sí señor, estoy aquí», y nota la diferencia. Ya no habrá ansiedad. Al menos por un solo momento tendrás un atisbo más allá de las nubes, y ese atisbo puede hacerse más profundo. Una vez que sabes que si te pones alerta la ansiedad se va, desaparece, has llegado a un conocimiento profundo de tu propio ser y del mecanismo del funcionamiento interno.

Sobre un abismo, en una batalla, al sentir una curiosidad extrema, al principio del hambre, al final del hambre, sé consciente ininterrumpidamente.

Puedes usar cualquier cosa. Tienes hambre: ponte alerta. ¿Qué haces cuando sientes hambre? ¿Qué ha sucedido? Cuando sientes hambre nunca lo ves como algo que te está sucediendo. Te vuelves el hambre. Sientes: «Yo estoy hambriento». La sensación real es que «yo soy hambre», pero tú *no* eres hambre; sólo eres consciente de ella. Es algo que está sucediendo en el linde. Tú eres el centro, has tomado consciencia de ello. Es un objeto. Tú sigues siendo el sujeto, eres un testigo. Tú no eres el hambre; el hambre te está sucediendo a ti. Estabas ahí cuando no había hambre y seguirás ahí cuando el hambre se haya ido. De manera que el hambre es un accidente; te sucede.

Vuélvete alerta; entonces no te identificarás con ello. Si sientes hambre, vuélvete alerta de que tienes hambre. Míralo, percíbelo, afróntalo. ¿Qué sucederá? Cuanto más alerta te vuelvas, más lejos sentirás el hambre; cuanto menos alerta, más

cerca. Si no estás alerta, exactamente en el centro sentirás: «Soy hambre». Si te pones alerta, te deshaces del hambre. El hambre está ahí, tú estás aquí. El hambre es un objeto, tú eres un observador.

El ayuno ha sido usado sólo debido a esto, por esta técnica. El ayuno en sí es inservible. Si no estás haciendo esta técnica con el hambre, ayunar es una tontería: simplemente una tontería, inútil. Mahavira solía ayunar con esta técnica, y los jainas han estado usando simplemente el ayuno, sin esta técnica. Entonces es una tontería. Tan sólo eres destructivo, y no puede ayudar en absoluto. Puedes tener hambre durante meses y estar identificado con el hambre, sintiendo «yo estoy hambriento». Es inútil, dañino. No hay necesidad de ayunar. Puedes sentirlo todos los días, pero hay problemas. Por eso ayunar puede ser útil.

Normalmente, nos atiborramos de comida antes de tener hambre. En el mundo moderno no es necesario tener hambre. Tienes una hora fija para tus comidas, y las comes. Nunca preguntas si el cuerpo siente hambre o no; a una hora fija tomas tus comidas. El hambre no se siente. Puede que digas: «No, cuando es la una tengo hambre». Esa puede ser un hambre falso; lo sientes porque es la una, tu hora. Algún día puedes hacer un truco. Dile a tu mujer o a tu marido que cambie el reloj. Son las doce, y el reloj mostrará que es la una. Sentirás hambre. O llevas ya una hora de ayuno: son las dos en punto, y el reloj muestra la una; entonces sentirás hambre. Miras al reloj y sientes hambre. Esto es artificial, falso, no es real.

Así es que ayunar puede ser útil. Si ayunas, entonces durante dos o tres días sentirás un hambre falsa. Sólo después del tercer o cuarto día sentirás hambre real; tu cuerpo pedirá, no la mente.

Cuando el cuerpo pide, es real. Y cuando es real y te pones alerta, te vuelves totalmente distinto de tu cuerpo. El hambre es un problema corporal. Una vez que puedes sentir que el hambre es diferente de ti y eres un testigo de ello, has transcendido el cuerpo.

Pero puedes usar cualquier cosa; éstos son sólo ejemplos. Esta técnica se puede usar de muchas formas; puedes idear tu propia forma. Pero insiste en una cosa: si lo estás probando con el hambre, entonces continúa al menos tres meses con el hambre. Sólo entonces te desidentificarás un día de tu cuerpo. No

cambios de objeto cada día, porque con esta técnica es necesaria una profundización.

Así que elige algo durante tres meses. Persevera con ello, aplica la técnica, sigue trabajando con ella, y recuerda siempre estar alerta al principio. En medio será muy difícil, porque una vez que se siente la identidad de que *tú* estás hambriento, no puedes cambiarlo. Puedes hacer un cambio mental. Puedes decir: «No, yo no soy el hambre, soy un observador». Eso es falso. Esto es la mente hablando, esto no es una experiencia que se sienta. Intenta ser consciente al principio, y recuerda: no tienes que decir que «yo no soy el hambre». Así es como la mente puede engañar. Puedes decir: «Hay hambre, pero yo no soy el hambre. No soy el cuerpo, soy el *Brahma*». No tienes que decir nada. Todo lo que digas será falso, porque tú eres falso.

Este salmodiar que «yo no soy el cuerpo» no ayudará. Sigues diciendo «yo no soy el cuerpo» porque «sabes» que *eres* el cuerpo. Si realmente sabes que no eres el cuerpo, ¿para qué sirve estar diciendo «yo no soy el cuerpo»? No sirve para nada; parecerá una estupidez. Sé consciente, y entonces percibirás que «yo no soy el cuerpo». Esto no será un pensamiento, sino una experiencia. Esto no lo sentirás en la cabeza, sino en todo tu ser. Notarás la distancia: que el cuerpo está lejos, que «yo soy absolutamente diferente». Y no hay siquiera una posibilidad de mezclar ambos. No se puede. El cuerpo es el cuerpo; es materia, y tú eres consciencia. Pueden vivir juntos, pero nunca se mezclan. No pueden mezclarse.

65 No juzgues.

Segunda técnica: *La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros. En realidad, no consideres nada puro o impuro.*

Éste es uno de los mensajes básicos del tantra. Es muy difícil concebirlo, porque es absolutamente no-ético, no-moral. No diré que es inmoral porque al tantra no le concierne la moralidad o la inmoralidad. El tantra dice que eso es irrelevante. Este mensaje es para ayudarte a crecer más allá de la pureza y la impureza; en realidad, más allá de la división, más allá de la dicotomía, de la

dualidad. El tantra dice que la existencia es no-dual, es una, y todas las distinciones son hechas por el hombre: todas las distinciones, recuerda. Las distinciones en sí son creadas por el hombre. Bueno-malo, puro-impuro, moral-inmoral, virtud-pecado: todos estos conceptos son creados por el hombre. Son actitudes del hombre; no son reales. ¿Qué es impuro y qué es puro? Depende de tu interpretación. ¿Qué es inmoral y qué es moral? Depende de tu interpretación.

Nietzsche dijo en alguna parte que toda moralidad es interpretación. De modo que algo puede ser moral en este país e inmoral en el país vecino, algo puede ser moral para un mahometano e inmoral para un hindú, moral para un cristiano e inmoral para un jaina. O algo puede incluso ser moral para la vieja generación e inmoral para la nueva generación. Depende; es una actitud. Básicamente, es una ficción. El hecho es simplemente el hecho. El hecho escueto es simplemente el hecho; no es ni moral ni inmoral, ni puro ni impuro.

Imagina la Tierra sin seres humanos. ¿Qué será entonces puro y qué será impuro? Todo será: simplemente será. Nada será puro y nada será impuro, nada será bueno y nada será malo. Con el hombre entra la mente. La mente divide. Dice: «esto bueno y «eso» es malo. Esta división no crea una división en el mundo; esta división crea también una división en el que divide. Si divides también eres dividido en esa división, y no puedes trascender tu división interna a menos que dejes las divisiones externas. Todo lo que le hace mundo, te lo has hecho también a ti mismo.

Naropa, uno de los maestros más importantes de siddha yoga, dice: «Un centímetro de división y se separan el infierno y el cielo»..., ¡un centímetro de división! Pero seguimos dividiendo; seguimos poniendo etiquetas, condenando, justificando. Mira el hecho escueto de la existencia y no pongas etiquetas. Sólo entonces pueden ser comprendidas las enseñanzas del tantra. No digas bueno o malo; no llesves tu mente al hecho. En el momento en que llevas tu mente al hecho, has creado una ficción. Ya no es un hecho: es tu proyección.

Este sutra dice: *La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros. En realidad, no consideres nada puro o impuro.*

La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros... El tantra dice: «Lo que es muy puro para otras enseñanzas, una virtud, es un pecado para nosotros, porque su concepto de la pureza debida para ellos, algo se vuelve impuro».

Si llamas santo a un hombre, has creado al pecador. Ahora tendrás que condenar a alguien en alguna parte, porque el santo no puede existir sin el pecador. Y observa ahora lo absurdo de nuestros esfuerzos: seguimos tratando de destruir a los pecadores, y concebimos y confiamos en un mundo donde no habrá pecadores; sólo santos. Esto es un disparate, porque los santos no pueden existir sin pecadores. Son el otro lado de la misma moneda. No puedes destruir un lado de la moneda; existirán los dos. Los pecadores y los santos son ambos parte inherente de una sola cosa. Si acabas con los pecadores, los santos desaparecerán del mundo. Pero no te asustes; deja que desaparezcan, porque no han resultado ser de ningún valor.

Los pecadores y los santos forman parte de una interpretación, de una actitud ante el mundo, en la que uno dice: «esto es bueno y eso es malo». Y no puedes decir que «esto es bueno» a menos que digas que «eso es malo». Lo malo es necesario para definir lo bueno. De modo que lo bueno depende de lo malo, tu virtud depende del pecado, y tus santos son imposibles; no pueden existir sin los pecadores. Así que tienen que estar agradecidos a los pecadores; no pueden existir sin ellos. En relación con ellos, en comparación con ellos, no importa lo mucho que condenen a los pecadores; son parte inherente del mismo fenómeno. Los pecadores sólo pueden desaparecer del mundo cuando desaparezcan los santos: no antes de eso; y el pecado no existirá cuando no haya ningún concepto de la virtud.

El tantra dice que el hecho es real y la interpretación es irreal. No interpretes. *En realidad, no consideres nada puro o impuro.* ¿Por qué? Porque la pureza y la impureza son *nuestras* actitudes impuestas a la realidad. Prueba esto. Esta técnica es ardua, no es simple..., porque estamos tan orientados al pensamiento dual, basados, enraizados en el pensamiento dual, que ni siquiera somos conscientes de nuestras condenas y justificaciones. Si alguien empieza a fumar aquí, puede que no lo hayas sentido conscientemente, pero has condenado. En lo más íntimo de ti, has condenado. Puede que hayas condenado con tu mirada, o puede

que hayas condenado sin mirar. Puede que no hayas mirado a esa persona, y la has condenado.

Esto va a ser difícil, porque el hábito está tan arraigado. Sigues -con tus gestos, tu manera de sentarte, de estar de pie-, sigues condenando, justificando, ni siquiera consciente de lo que estás haciendo. Cuando sonríes a una persona o cuando no sonríes a una persona, cuando miras a alguien o no le miras, simplemente lo ignoras, ¿qué estás haciendo? Estás imponiendo tus actitudes. Dices que algo es bonito; entonces tendrás que condenar algo como feo. Y esta actitud dual está dividiéndote a ti simultáneamente, de manera que habrá dos personas dentro de ti.

Si dices que alguien está enfadado y la ira es mala, ¿qué harás cuando tú estés enfadado? Dirás que esto es malo; entonces habrá problemas, porque dices que «esto es malo; esta ira en mí es mala». Entonces has empezado a dividirte a ti mismo en dos personas: una persona mala, una persona maligna dentro, y una persona buena, un santo. Por supuesto, te identificarás con el santo interno, de modo que el diablo, Satanás, el mal que hay dentro de ti, será condenado. Estás dividido en dos. Ahora habrá una lucha, un conflicto constante. Ahora no puedes ser un individuo; serás un gentío, una casa dividida contra sí misma. Ya no habrá paz, no habrá silencio. Sólo sentirás tensiones y angustia. Esto es lo que estás sintiendo, pero no sabes por qué.

Una persona dividida no puede tener paz. ¿Cómo va a tenerla? ¿Dónde vas a poner a tu diablo? Tienes que aniquilarlo, y es *tú*; no puedes aniquilarlo. No eres dos. La realidad es una, pero a causa de tu actitud divisiva has dividido la realidad externa. Ahora, como consecuencia, lo interno también está dividido..., de manera que todo el mundo está luchando consigo mismo. Es como si estuvieras luchando contra una mano -haciendo combatir la mano derecha contra la mano izquierda-, y la energía es una. En mi mano derecha y mi mano izquierda, soy uno; estoy fluyendo en ambas. Pero puedo enfrentar la una contra la otra, mi mano derecha contra mi mano izquierda, y puedo crear un conflicto, una lucha artificial. A veces puedo engañarme a mí mismo con que la mano derecha ha ganado, y ahora la izquierda ha caído. Pero esto es una falacia, porque sé que estoy en las dos, y en cualquier momento puedo levantar la

izquierda y hacer caer la derecha. Estoy en ambas; ambas manos son mías.

De modo que no importa cuánto pienses que has elevado a tu santo y aplastado al diablo; tienes que saber que en cualquier momento se pueden cambiar las posiciones, y el santo caerá y el diablo estará arriba. Eso produce miedo, inseguridad, porque sabes que nada es seguro. Sabes que eres tan amoroso en este momento y has aplastado a tu odio, pero tienes miedo, porque en cualquier momento el odio puede alzarse y el amor será aplastado. Y puede suceder en cualquier momento, porque dentro de ti están los dos.

El tantra dice: no dividas, no estés dividido; sólo entonces serás victorioso. ¿Cómo no estar dividido? No condenes, no digas «esto» es bueno y «eso» es malo. Retira todas las concepciones de la pureza y la impureza. Mira el mundo, pero no digas qué es. Sé ignorante, no seas demasiado sabio. No pongas etiquetas, permanece en silencio, sin condenar, sin justificar. Si puedes permanecer en silencio con respecto al mundo, con el tiempo este silencio penetrará en tu interior. Y si no hay división externamente, la división desaparecerá de la consciencia interna, porque ambas sólo *pueden* existir juntas.

Pero esto es peligroso para la sociedad. Por eso fue reprimido el tantra. ¡Esto es peligroso! Nada es inmoral, nada es moral; nada es puro, nada es impuro. Las cosas son lo que son. Un tántrico auténtico no dirá que un ladrón es malo; dirá que es un ladrón; eso es todo. Y al usar la palabra «ladrón» no hay ninguna condena en su mente.

Este «ladrón» es simplemente un hecho, no una condena. Si alguien dice que «aquí hay un hombre que es un gran santo», él dirá: «¡Muy bien! Él es un santo y ese hombre es un ladrón», igual que esto es una rosa y eso no es una rosa, este árbol es alto y ese árbol es bajo, la noche es oscura y el día es luminoso, pero sin comparación.

Pero esto es peligroso. La sociedad no puede existir sin condenar una cosa y sin valorar la otra...; ¡la sociedad no puede existir! La sociedad existe por la dualidad. Por eso fue reprimido el tantra. Fue considerado antisocial, pero no lo es. ¡No lo es! Pero esa actitud misma de no-dualidad es trascendental. No es antisocial, sino trascendental; está más allá de la sociedad.

Prueba esto. Entra en el mundo sin valor sólo con hechos naturales: alguien es esto, alguien es eso. Y entonces, con el tiempo, sentirás una división dentro de ti. Tus polaridades se juntan tu «bueno» y tu «malo» se unirán. Se fundirán uno, y tú te volverás una unidad. No habrá nada considerado puro, nada considerado impuro. Nace la realidad.

La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros: el tantra dice que «lo que es lícito para otros es venenoso para nosotros». Por ejemplo, hay enseñanzas que se basan en la no-violencia. Dicen que la violencia es mala, la no-violencia es buena. El tantra dice que la no-violencia es la no-violencia, la violencia es la violencia nada es bueno y nada es malo.

Hay enseñanzas que están basadas en el celibato, *brahmacharya*. Dicen que el *brahmachari*: es bueno, el sexo es malo. El tantra dice que sexo es el sexo, el *brahmacharya* es el *brahmacharya*. Un hombre es un *brahmachari* y otro no. Pero éstos son simples hechos, no implican ningún juicio de valor. Y el tantra nunca dirá que, *brahmachari* es bueno, el célibe es bueno, y el que practica el sexo es malo. El tantra no dirá eso. El tantra acepta las cosas como son. ¿Y por qué? Para crear una unidad dentro de ti.

Ésta es una técnica para crear una unidad dentro de ti, para tener dentro una existencia total, no dividida, sin conflicto, no enfrentada. Sólo entonces es posible el silencio. Alguien que está tratando de ir a algún sitio contra algo nunca puede tener paz. ¿Cómo va a tenerla? Y alguien que está dividido dentro de sí mismo, luchando consigo mismo, ¿cómo a vencer? Es imposible. Eres los dos, así que ¿quién va a vencer? Nadie va a vencer, y estarás muy confuso, porque disiparás tu energía luchando innecesariamente. Ésta es una técnica para crear una unidad dentro de ti. Deja que desaparezcan los valles; no juzgues.

Jesús dice en alguna parte: «No juzgues, y no serás juzgado». Pero esto fue imposible de comprender para los judíos, porque toda la concepción judía está centrada en la moralidad: «Esto es bueno y eso no es bueno». Jesús, con su enseñanza: «No juzgues», está hablando desde el punto de vista del tantra. Si fue asesinado, crucificado, fue a causa de esto. Tenía una actitud tántrica: «No juzgues».

Así que no digas que una prostituta es mala... ¿Quién sabe? Y no digas que un puritano es bueno... ¿Quién sabe? Y en última instancia, ambos forman parte de un mismo juego. Se basan el uno en el otro, en una existencia mutua. De manera que Jesús dice: «No juzgues». Y esto es lo que significa este sutra: «No juzgues, y no serás juzgado».

Si no juzgas, si no adoptas ningún enfoque moral, si simplemente observas los hechos como son, sin interpretarlos con arreglo a ti mismo, entonces no puedes ser juzgado. Te transformas completamente. Ya no hay necesidad de que tú seas juzgado por ningún poder divino: ¡no hay necesidad! Tú mismo te has vuelto divino; tú mismo te has vuelto Dios. Sé un testigo, no un juez.

Capítulo 42

Alerta con el Tantra

Preguntas

¿No crea una vida inmoral obstáculos en la meditación?

¿Le parece mal a un tántrico que uno siga ciertas leyes de vida, llamándolas morales?

Si nada es impuro, entonces ¿cómo puede ser impura la enseñanza de otros?

¿Vuelve a la fuente un deseo emocional no expresado y proporciona más energía a la persona?

¿No es una represión hacer un esfuerzo para evitar la represión o el desenfreno?

Primera pregunta:

¿No es cierto que una vida inmoral crea obstáculos en la meditación?

¿Qué es la meditación? No es tu carácter, no es lo que haces.

Es lo que eres. No es el carácter; es la consciencia que llevas a todo lo que haces. La acción es irrelevante. La cuestión es si la estás haciendo conscientemente o no, ya sea moral o inmoral. ¿Estás alerta? Si estás alerta, la meditación sucede. Si no estás alerta, vives dormido.

Puedes ser moral estando completamente dormido; no hay problema. Más bien, es mejor ser moral si quieres estar completamente dormido, porque entonces la sociedad no te molestará. Entonces nadie estará contra ti. Puedes dormir cómodamente. La sociedad te ayudará.

Puedes ser moral sin ser meditativo, pero la inmoralidad estará siempre detrás de ti. Te seguirá como una sombra, y tu moralidad será superficial, porque tu moralidad sólo puede ser impuesta desde fuera cuando estás dormido. Sólo puede ser aparente, falsa, una fachada, no puede convertirse en tu ser. Te volverás moral externamente, pero internamente seguirás siendo inmoral. Y cuanto más moral te vuelvas externamente, más inmoral serás por dentro: en la misma proporción, porque tu moralidad está abocada a no ser otra cosa que una profunda represión. No puedes hacer otra cosa mientras estés dormido; sólo puedes reprimir.

Y con esta moralidad te volverás también falso. No serás una persona, sino simplemente un «personaje»: una entidad falsa. La desdicha te seguirá, y en consecuencia estarás al borde de la explosión: explosión de todo lo que has reprimido. Te está esperando. Y si eres realmente honesto en ser moral mientras estás dormido, te volverás loco. Sólo una persona deshonesto puede seguir siendo moral sin volverse loco. Eso es lo que significa la hipocresía. Los hipócritas presumen de que son morales, pero no lo son, y encuentran maneras y medios para ser inmorales, permaneciendo constantemente morales en la superficie o fingiendo ser morales. Sólo así puedes permanecer cuerdo; de lo contrario te volverás loco.

Esta supuesta moralidad sólo deja dos alternativas. Si eres honesto, te volverás loco; si eres deshonesto, te volverás un hipócrita. De modo que los que son listos, astutos, son hipócritas. Los que son sencillos, inocentes, y son víctimas de semejantes enseñanzas, se vuelven locos.

Mientras estés dormido, no te puede suceder la moralidad

auténtica. ¿Y qué significa «la moralidad auténtica»? Algo que es un florecimiento espontáneo de tu ser, no algo impuesto desde fuera. Y la moralidad auténtica no está en oposición con la inmoralidad; una moralidad auténtica es simplemente una ausencia de inmoralidad, no está en oposición. Por ejemplo, te pueden enseñar a amar a tu prójimo, a amar a todo el mundo, a ser amoroso. Se puede volver una actitud moral, pero el odio sigue dentro. Te fuerzas a ti mismo a ser amoroso, y un amor forzado no os puede satisfacer ni a ti ni a la persona a la que amas. Nadie puede satisfacerse con este amor falso.

Es como el agua falsa. No puede saciar la sed de nadie. Hay odio, y el odio está tratando de manifestarse. Y un amor falso no puede ser un obstáculo real para él. Más bien, el odio penetrará en el amor falso e incluso lo envenenará, y tu amor se volverá sólo un tipo de odio. Es muy artero y astuto.

Una moralidad auténtica le sucede a una persona que ha entrado profundamente en sí misma; y cuanto más profundo entras, más amoroso te vuelves. No es algo impuesto en contra del odio; no es algo antagónico al odio. Cuanto más profundo entras, más amor mana de ti. No tiene nada que ver con el odio, en absoluto; no tiene ninguna relación con el odio. En el momento en que llegas a tu centro, eres amoroso sin ninguna imposición moral. Puede que ni siquiera seas consciente de que eres amoroso. ¿Cómo vas a ser consciente? Este amor será tan natural como la respiración, como tu sombra que te sigue. Simplemente serás amoroso.

El tantra enseña el viaje interior. La moralidad sucederá, pero eso no será una consecuencia, no será una condición previa. El tantra dice que no te enredes en conceptos morales e inmorales. Son externos. Mejor, ve hacia dentro. De modo que las técnicas son para ir hacia dentro. Y no te preocupes por lo moral y lo inmoral, lo puro y lo impuro; no entres en distinciones. Simplemente entra en ti. Olvida lo externo: el mundo externo, la sociedad y todo lo que la sociedad te ha enseñado. Todo lo que enseña la sociedad está abocado a ser dualístico, está abocado a ser represiva, está abocado a estar en conflicto dentro de ti. Y si hay conflicto, no puedes entrar en ti.

Así que olvida el conflicto y olvida todo lo que crea conflicto.

Simplemente entra en ti. Cuanto más profundo vayas, más moral te volverás, pero esa moralidad no será la moralidad de la sociedad. Serás moral sin ser moral: sin ser consciente de que eres moral, porque no hay nada opuesto a ello dentro de ti. Simplemente amas porque te sientes dichoso cuando amas. Es una dicha en sí misma. No tiene fin; no es necesario ningún resultado. No es que vayas a entrar en el reino de Dios si amas. No es un trato. La moralidad que enseña la sociedad y que predicar las supuestas religiones es un trato: «Haz esto y conseguirás eso. Si no haces esto, no conseguirás eso. Incluso serás castigado». Es un trato.

La moralidad tántrica no es un trato, sino algo que sucede. Cuanto más profundo vas, más empiezas a vivir en el momento. Te das cuenta de que el amor es dicha. No es un paso, una condición, un trato para lograr otra cosa; es suficiente en sí mismo. Amas porque te sientes dichoso amando. No estás haciendo nada por tu prójimo; no estás complaciendo a nadie. Es un placer ser amoroso. Es bueno para ti aquí y ahora mismo. No hay cielo o infierno futuros. Amar crea el cielo ahora mismo, y el reino de Dios entra en ti. Y esto sucede con todas las virtudes; florecen espontáneamente.

Ahora observa la pregunta: *¿No es cierto que una vida inmoral crea obstáculos en la meditación?* En realidad, la verdad es lo contrario. Una vida meditativa crea obstáculos en la vida inmoral. La vida inmoral no puede crear, ningún obstáculo. «Vida inmoral» da a entender que no eres meditativo, nada más; estás profundamente dormido. Por eso te estás haciendo daño a ti mismo.

Para el tantra, lo básico es la meditación, la alerta, la consciencia. No hay nada más básico que eso. Cuando alguien es inmoral, eso muestra que no está alerta. Es sólo un síntoma. La vida inmoral es sólo un síntoma de que no está alerta. ¿Qué hace la enseñanza corriente? Los maestros corrientes le dirán que sea moral a este hombre dormido que es inmoral. Puede que cambie de la inmoralidad a la moralidad, pero sigue durmiendo.

De modo que se desperdicia todo el esfuerzo, porque la enfermedad real no era la inmoralidad; la inmoralidad era sólo un síntoma. La enfermedad era la falta de alerta, la ausencia de meditación. Por eso era inmoral. Puedes convertirlo a la

moralidad. Puedes crear miedo, y sólo puedes asustar a la persona que está dormida; de lo contrario no puedes crear miedo. Puedes crear miedo al infierno y puedes crear un afán de lucro por el cielo. Estas dos cosas sólo son posibles cuando estás dormido. Si no estás dormido, no puedes ser amenazado y no puedes ser motivado con el lucro. Estas dos cosas sólo son significativas para la mente que está dormida.

De modo que crea el miedo al castigo, y una persona pasará de la inmoralidad a la moralidad; pero lo hará debido al miedo. Crea un afán de lucro, y entonces pasará de la inmoralidad a la moralidad; pero lo hará debido al deseo, a la avaricia, al incentivo de la ganancia. La avaricia y el miedo forman parte de la mente dormida. La persona permanece dormida; no ha cambiado nada básico.

Esa persona le viene bien a la sociedad; eso está bien. Para la sociedad, la persona inmoral es un problema, pero la persona moral no es un problema. De manera que la sociedad ha resuelto sus propios problemas, pero el hombre sigue dormido. Para sí mismo, nada se ha resuelto; ahora es más conveniente para la sociedad. Antes era inconveniente. Trata de observar el hecho: una persona inmoral es inconveniente para la sociedad, pero es conveniente para sí misma. Una persona moral se vuelve conveniente para la sociedad, pero se vuelve inconveniente para sí misma.

De modo que sólo pasa que la moneda se vuelve del revés. Por eso las personas inmorales parecen más felices y alegres, y una persona moral está seria, triste, agobiada. La persona inmoral está luchando con la sociedad, y la persona moral está luchando consigo misma. La persona inmoral sólo se siente preocupada porque siempre existe el miedo de que la pillen. Tiene miedo de que la cojan, pero está disfrutando. Si nadie la atrapa, si no hay miedo a que le pillen, se siente bien.

La persona moral está atrapada en una lucha consigo misma. No está nada bien consigo misma; sólo está bien con la sociedad. La moralidad es un lubricante, te ayuda a relacionarte fácilmente con los demás. Pero entonces te relacionas con dificultad contigo mismo. La dificultad permanece, ya sea con la sociedad o contigo mismo. Sólo cuando despiertas te abandona la dificultad.

El tantra se ocupa de la enfermedad básica, no de los

síntomas. La moralidad quita los síntomas. De modo que el tantra dice que no te preocupes por conceptos morales o inmorales. Eso no significa que el tantra diga que te vuelvas inmoral. ¿Cómo va a decir el tantra que te vuelvas inmoral, cuando ni siquiera puede decirte que te vuelvas moral? El tantra dice que todo ello es irrelevante: no hables de moralidad e inmoralidad; vete a la raíz. Puedes ser moral o inmoral, pero eso es sólo el síntoma. ¡Vete a la raíz! La raíz es que estás dormido, profundamente dormido.

¿Cómo romper esta pauta de dormir? ¿Cómo ser consciente y cómo no volver a dormirse una y otra vez? De eso es de lo que se ocupa el tantra; y una vez que te pongas alerta, tu carácter cambiará. Pero eso es una consecuencia. El tantra dice que no necesitas preocuparte por ello; es una consecuencia. Sucede inevitablemente, de modo que no necesitas preocuparte por ello. No tienes que producirlo; sucederá. Simplemente, vuélvete más y más alerta, y serás menos y menos inmoral. Pero esta moralidad que te sucederá no es forzada; no es algo que tú has hecho por tu parte. Simplemente tratas de estar alerta, y sucede.

¿Cómo va a ser violento un hombre que está alerta? ¿Cómo va a sentir odio o ira un hombre que está alerta? Puede parecer paradójico, pero es así. Alguien que está dormido no puede estar sin odio. Es imposible. Sólo puede fingir que no tiene ira, que no tiene odio. Sólo puede fingir que tiene amor, compasión, amabilidad, simpatía. Son todos fingimientos. Justo lo contrario le sucede a quien ha despertado. Si es necesaria la ira, sólo puede simular. No puede estar enfadado; ¡sólo puede simular! Si es necesaria la ira –y a veces es necesaria–, sólo puede simular. No puede estar triste, pero si es necesario puede simular que está triste. Ahora estas cosas son imposibles.

Ahora el amor es natural como antes lo era el odio. Antes el amor era una simulación. Ahora el odio sólo puede ser una simulación..., si es necesario. Jesús, al luchar con los cambistas en el gran templo, estaba simulando. No puede estar enfadado, pero ha elegido simular. No puede estar realmente enfadado. No puede estar enfadado, pero puede usar la ira..., igual que tú usas el amor y no puedes amar.

Tú usas el amor con ciertos propósitos. Tu amor es sólo para conseguir algo; nunca es simplemente amor. Puede que estés tratando de conseguir dinero, puede que estés tratando de

conseguir sexo, puede que estés tratando de conseguir algo: satisfacción del ego, una victoria, la sensación de que eres poderoso. Puede que estés tratando de conseguir cualquier otra cosa, pero nunca es amor.

Un buda puede estar enfadado si piensa que eso va a ayudar. Debido a su amor, puede que a veces esté enfadado, pero eso es sólo una simulación y sólo engaña a los tontos. Los que saben, simplemente se reirán. Según la meditación se va haciendo más profunda, dice el tantra, empiezas a cambiar. Y es hermoso cuando te sucede el cambio. Si tú lo «haces», nunca puede ser algo muy profundo, porque hacer está sólo en la superficie. Así que el tantra dice: deja que suceda desde el ser, desde el mismo centro. Deja que fluya del centro a la periferia; no lo fuerces desde la periferia al centro. Eso es imposible.

El tantra no dirá moral o inmoral. Lo único es que, si estás dormido, trata de cambiarlo. Permítete estar cada vez más alerta, estés donde estés. «Si eres inmoral», dice el tantra, «está bien. No nos concierne tu inmoralidad, nos concierne que estés dormido y cómo transformar esto en alerta. No luches con la inmoralidad. Simplemente trata de transformar tu dormir».

Si eres moral, está bien. El tantra no va a decirte que te vuelvas inmoral y luego lo intentes, el inmoral no tiene ninguna necesidad de transformarse en una persona moral, ni la persona moral tiene que transformarse en inmoral para entrar en meditación. Lo único que necesitan es cambiar la cualidad de su consciencia. De modo que, seas lo que seas, un pecador o un santo, para el tantra no hay distinción. Si estás dormido, entonces prueba estas técnicas para estar alerta. Y no trates de cambiar los síntomas. El pecador está enfermo el supuesto santo también está enfermo, porque los dos están dormidos.

La enfermedad es el dormir, no tu carácter. El carácter es tan sólo un subproducto. Y lo que hagas mientras sigas dormido no producirá ningún cambio básico. Sólo una cosa puede cambiarte, crear una mutación, y es la alerta. La cuestión cómo volverse más y más alerta. De modo que, hagas lo que hagas, conviértelo en un objeto del alerta. Si haces un acto inmoral, hazlo meditativamente. No pasará mucho tiempo antes de que el acto se disuelva por sí mismo y desaparezca. Entonces no podrás hacerlo..., no porque hayas creado una coraza contra él, sino

porque ahora estás más alerta. ¿Y cómo vas a hacer algo que requiere que estés dormido? No puedes hacerlo.

Comprende bien esta distinción básica entre el tantra y lo que enseñan otros. El tantra es más científico. Va a la raíz misma del problema, te transforma desde el ser mismo, no desde la funda externa de tu carácter, de la moralidad y la inmoralidad, de los actos y las obras. Todo lo que haces está sólo en la periferia; lo que eres nunca está en la periferia. La cualidad del acto, no el acto mismo, es importante para el tantra.

Por ejemplo, un carnicero acudió a Nan Yin. Era un carnicero y Nan Yin era un monje budista que creía en la no-violencia. La profesión del hombre era violenta. Pasaba el día matando animales. Pero cuando el carnicero vino a Nan Yin, le preguntó: «¿Qué debo hacer? Mi profesión es violenta. Así que ¿debo dejar mi profesión primero y sólo entonces puedo ser un hombre nuevo, o hay alguna otra manera?».

Nan Yin dijo: «No nos concierne lo que hagas. Nos concierne lo que eres. Así que continúa haciendo lo que consideres oportuno, pero estate más alerta. Mientras estés matando, permanece alerta, meditativo, y sigue haciendo lo que estés haciendo. No nos concierne».

Los seguidores de Nan Yin se turbaron, porque aquí había una persona que era un seguidor de Buda, que creía en la no-violencia, permitiendo continuar a un carnicero. Un discípulo dijo: «Esto no está bien. Y nunca esperábamos que una persona como tú permitiría a un carnicero seguir siendo un carnicero. Y cuando te preguntó, le deberías haber dicho que lo dejara. Él mismo estaba dispuesto».

Está escrito que Nan Yin dijo: «Se puede cambiar la profesión del carnicero fácilmente; él mismo estaba dispuesto. Pero de esa forma no se puede cambiar la cualidad de su consciencia. Seguirá, siendo un carnicero».

Puede que se vuelva un santo, pero la cualidad de la mente seguirá siendo la de un carnicero. Eso será un engaño para los demás y también para sí mismo. Observa a tus supuestos santos. Muchos de ellos siguen siendo carniceros. La cualidad, la actitud, la violencia, la manera misma en que te miran es condenatoria, violenta. Tú eres un pecador y ellos son santos. Cuando te ven, te miran de tal manera que estás condenado, eres arrojado al

infierno.

Nan Yin dijo: «De modo que no es bueno cambiar su vida externa; es mejor llevar una cualidad nueva a su mente. Y es bueno dejarle que siga siendo carnicero, porque le perturba su matanza y su violencia. Si se hace un santo, seguirá siendo un carnicero, pero entonces no le perturbará. Su ego se fortalecerá. De modo que esto es bueno. Le perturba que haya violencia, y al menos ha tomado consciencia de esto: de que eso no es bueno.

Está dispuesto a cambiar, pero la mera disposición a cambiar no ayudará. Hay que desarrollar una nueva cualidad de la mente. Dejadle meditar».

Después de un año, el hombre volvió. Se había vuelto un hombre diferente. Aún mataba, pero él había cambiado a pesar de que la acción seguía siendo la misma. Volvió a Nan Yin y dijo: «Ahora soy un hombre distinto. He meditado y meditado y meditado, y toda mi vida se ha vuelto una meditación, porque me dijiste que medite en lo que sea que esté haciendo. Estoy matando animales, pero estoy todo el día meditando. ¿Qué me dices ahora que haga?».

Así es que Nan Yin dijo: «Ya no vengas a mí. Permite que tu consciencia te marque el camino. No necesitas venir a mí».

Así que el carnicero dijo: «Ahora, sólo si tú me dices que continúe con la profesión fingiré estar en ella. Pero en lo que a mí respecta, ya no estoy en ella. Así que, si me lo permites, no voy a volver. Pero si me dices que vaya, está bien. Iré y simularé, y continuaré».

Es así cómo, cuando tu cualidad cambia, cuando cambia la cualidad de tu consciencia, te vuelves una persona completamente distinta. Y al tantra le conciernes tú, no lo que haces.

Segunda pregunta:

Si uno sigue ciertas leyes de vida y las llamas morales, ¿le parecerá esto mal a un tántrico?

Al tantra nada le parece mal, pero esto no es el problema. Al tantra no le parece mal absolutamente nada; el tantra no es condenatorio en ninguna forma. No se ocupa de decirte: «Haz

esto», o «No hagas eso». Si te sientes bien, si te sientes feliz siguiendo ciertos principios, entonces síguelos.

Pero seguir ciertos principios nunca puede llevarte a la felicidad, porque no vas a cambiar por medio de principios y por el hecho de seguirlos. Seguirás siendo el mismo.

Los principios siempre son prestados, los ideales siempre son prestados. Te los ha dado otra persona. No son tuyos; no han resultado de tu propia experiencia. No tienen raíces. Te los han dado la sociedad, la religión en la que has nacido, los profesores que te tocó tener cerca. Los puedes seguir y puedes forzarte a ti mismo a aceptarlos, pero entonces serás una persona muerta, no viva. Puede que crees una cierta paz en torno a ti, pero será la paz del cementerio: muerta. Puede que seas menos vulnerable a las turbaciones, que estés más encerrado en ti mismo debido a los principios, pero entonces te volverás cada vez menos sensible y menos vivo. De modo que los supuestos hombres de principios siempre están muertos.

Obsérvalos: parecen silenciosos, sosegados, en paz, en calma, pero siempre hay algo mortecino en torno a ellos. El aura de la muerte está siempre presente. No puedes sentir el festejo de la vida en torno a ellos, la festividad de estar vivo, la celebración de estar vivo. Nunca puedes sentir eso a su alrededor. Han creado una coraza en torno a ellos, una coraza de seguridad. Nada puede entrar en ellos. Los muros de sus principios y su carácter lo paran todo, pero entonces están tras los muros, presos, y ellos son sus propios prisioneros. Si eliges esto, el tantra no tiene ninguna objeción. Eres libre de elegir una vida que no es una vida en absoluto.

Una vez, Mulla Nasruddin visitó un cementerio, y vio un precioso mausoleo de mármol. Inscrito en él estaba el nombre «Rothschild». Se cuenta que Mulla dijo: «¡Aja! ¡Ahhhh! Esto es lo que yo llamo vida. Esto es lo que yo llamo vivir: un bello mausoleo de mármol». Pero, independientemente de lo bello que sea, no es vida. Es mármol -bello, rico-, pero no es vida. Puedes hacer de tu vida un mausoleo mediante los principios, los ideales, las imposiciones, pero entonces estarás muerto, aunque menos vulnerable, porque la muerte no es vulnerable.

La muerte es una seguridad; la vida siempre es insegura. A una persona viva le puede suceder cualquier cosa; a una persona

muerta no le puede suceder nada. Está segura. No hay futuro, no Hay posibilidad de cambio. Le ha sucedido lo último la muerte. Ya no puede suceder nada.

Las personalidades con principios son personalidades muertas. El tantra no está interesada en ellas. El tantra no tiene ninguna objeción: si sientes bien estando muerto, es tu elección. Te puedes suicidar, y esto es un suicidio. Pero el tantra es para los que quieren estar más vivos, la verdad, lo supremo, no es la muerte, sino la vida.

Recuerda esto: lo supremo no es la muerte. Es vida: más vida. Jesús ha dicho: «Vida abundante, vida infinita».

De modo que estando muerto nunca puedes alcanzar lo supremo. Si es vida, y «vida abundante», entonces estando muerto nunca entrarás en contacto con ello. Sólo estando más vivo, más vulnerable, más sensible, con menos principios, más alerta, lo alcanzarás. ¿Por qué andamos busca de principios? Puede que no hayas observado el porqué. Es porque con principios no necesitas estar alerta. ¡No necesitas estar alerta! Si vives por medio de principios, no necesitas estar alerta.

Supón que hago un principio de la no-violencia y luego me atengo a él, o hago un principio ser sincero y me atengo a él; entonces se crea un hábito. Creo el hábito de ser sincero, de decir siempre la verdad. Se vuelve un hábito mecánico ya no es necesario estar alerta. No puedo decir mentiras porque un principio, un hábito, crea siempre una barrera. La sociedad depende de principios, de inculcar y educar a los niños con principios. Entonces se vuelven realmente incapaces de ser de otra manera. Si una persona se vuelve incapaz, está muerta.

Tu verdad sólo puede estar viva si llega por medio de la alerta, no por medio de un principio.

Tienes que estar alerta a cada momento para ser verdadero. La verdad no es un principio; es algo que nace de tu alerta. La no-violencia no es un principio; si estás alerta no puedes ser violento. Pero eso es difícil y arduo. Tendrás que transformarte totalmente. Es fácil crear una vida con arreglo a principios, reglas y normas. Entonces no necesitas preocuparte. No necesitas preocuparte por estar más alerta y consciente; puedes seguir los principios.

Entonces eres como un tren corriendo por las vías. Esas vías

son tus principios. No tienes miedo, porque no puedes errar el camino. En realidad, no tienes ningún camino; sólo tienes rieles mecánicos sobre los que anda tu tren. Llegarás al destino; no necesitas tener miedo. Estarás dormido y el tren llegará. Está corriendo por caminos muertos; no están vivos.

Pero el tantra dice que la vida no es así, sino que es más como un río. No está transcurriendo sobre rieles de hierro, sobre vías; en realidad, es como un río. El camino ni siquiera ha sido trazado de antemano. Según fluye el río, se crea el camino. Según se mueve el río, se crea el camino. El río llegará al mar, y así es como debería ser la vida si comprendes el tantra.

La vida es como un río. No hay un camino trazado de antemano; no hay mapas que se te puedan dar para que los sigas. Simplemente tienes que estar vivo y alerta, y entonces dondequiera que te lleve la vida, vas con total confianza en ella. El tantra es confianza: confianza en la fuerza vital. Deja que te lleve, no la fuerces. Entrégate a ella y permite que te lleve hacia el mar. Simplemente estate alerta; eso es todo. Mientras la vida te lleva hacia el mar, estate alerta para no perderte nada.

Es muy importante recordar que el tantra no está simplemente interesado en el fin; está también interesado en los medios. Está interesado también en el camino, no sólo en el destino. Si estás alerta, incluso esta vida puede ser una dicha. El momento mismo del río es una dicha en sí misma. Pasar por los valles, entre las rocas, caer desde las montañas, entrar en lo desconocido es en sí mismo una dicha.

Estate alerta también aquí, porque el océano, lo supremo, no puede ser sólo algo que sucede al final. No puede serlo. Es un crecimiento. El río está «creciendo» para ser el mar. No está simplemente yendo a unirse al mar; está «creciendo», para ser el mar, y esto sólo es posible mediante experiencias abundantes, experiencias estando alerta, avanzando, confiando. Así es como el tantra considera la búsqueda, la búsqueda humana. Por supuesto, es peligroso. Si los ríos pudieran fluir por caminos predeterminados, habría menos peligro, menos errores. Pero se perdería toda la belleza de estar vivo.

Así que no seas un seguidor de principios. Sé un creador de más y más consciencia. Esos principios te sucederán, pero nunca te sentirás preso en ellos.

Tercera pregunta:

El segundo sutra de ayer dice: «La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros. En realidad, no consideres nada puro o impuro». Si nada es impuro, entonces ¿cómo pueden ser impuras las enseñanzas de otros?

En realidad, nada es impuro, pero la enseñanza de que algo es puro y algo es impuro tiene que ser descartada. Sólo en ese sentido dice el sutra: «La pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros». Nada es puro y nada es impuro, pero si alguien enseña que algo es puro y algo es impuro, el tantra dice que esto tiene que ser descartado. Sólo en este sentido dice el sutra que «la pureza de otras enseñanzas es una impureza para nosotros». Es sólo un descarte. Sólo está diciendo que no hagas ninguna distinción, que permanezcas inocente.

Pero mira la complejidad de la vida. Si digo que permanezcas inocente, y si entonces tú intentas la inocencia, esa inocencia no será inocente.

¿Cómo va a serlo? Si la has «intentado», se ha vuelto una cosa calculada. Entonces no puede ser inocente. ¡Si la intentas, no puede serlo! Así que ¿qué hay que hacer? Simplemente descarta esas cosas que crean astucia. No intentes crear inocencia; no puedes. Simplemente descarta lo que crea astucia en tu mente. Esto es negativo. Cuando hayas descartado las raíces causantes de la astucia, la inocencia te habrá sucedido.

Nada es puro o impuro. Pero ¿qué hay que hacer entonces? Tu mente está repleta de distinciones: «Esto es puro y eso es impuro». Así que el tantra dice: «Para nosotros ésta es la única impureza. Esta mente llena de conceptos de la pureza y la impureza es la única impureza. Si puedes descartarla, te has vuelto puro».

Este sutra también es significativo en otro sentido. Hay enseñanzas con reglas fijas. Por ejemplo, las enseñanzas cristianas católicas o las enseñanzas jainas en India están contra el sexo; dicen que el sexo es impuro, feo, pecado. El tantra dice que nada es feo, nada es impuro, nada es pecado. Incluso el sexo puede convertirse en un camino: incluso el sexo puede

convertirse en un camino hacia la salvación. Depende de ti. No es el sexo, sino tú quien determina su cualidad.

Incluso la oración se puede volver un pecado; y el sexo puede convertirse en una virtud. Depende de ti. El valor no está en el objeto, el valor lo pones tú. Considéralo -este fenómeno- de otro modo. El tantra dice que incluso el sexo puede convertirse en salvación, pero entonces entra en el sexo sin ideas de pureza e impureza, bueno y malo, moralidad e inmoralidad. Entra en el sexo como pura energía, sólo energía. Entra en esa energía como si estuvieras entrando en lo desconocido. ¡No te duermas, estate alerta! Cuando el sexo te lleve a la raíz misma de tu ser, estate alerta. No te duermas por el camino. Estate alerta y experimentalo todo, lo que sea que esté sucediendo: la relajación que llega, la tensión que sucede, la cima que llega, y el valle al que vuelves a ser lanzado.

Tu ego se disuelve por un momento; te hace uno con tu amada o con tu pareja. Por un momento, los dos no estáis ahí. Los cuerpos son dos, pero en lo más profundo hay una comunión y se han vuelto uno. ¡Estate alerta! No te pierdas este momento durmiendo. Estate alerta, ve lo que está sucediendo. Esta unidad es lo que estaba oculto en el acto sexual. El sexo era sólo el meollo externo. Éste es ahora el significado, el punto central. Esto es lo que estabas anhelando, esto es lo que estaba ansiando.

Esto es lo que se buscaba: esta unidad, esta disolución del ego, esta sensación de ser uno, este éxtasis de no tener tensión, este éxtasis de relajación. Éste era el sentido, el objetivo, y esto es lo que estabas buscando a través de esta mujer, a través de ese hombre. Estabas buscando y buscando pero ninguna mujer podía satisfacerlo, ningún hombre lo podía dar.

Sólo mediante una profunda consciencia tántrica desaparece completamente el acto sexual y se revela un profundo éxtasis. De modo que el tantra te dice: si puedes llevar meditación a tu amor, a tu sexo, el sexo es transformado. De modo que el tantra no dice que esto es puro o eso es impuro... y si quieres usar la vieja terminología de la pureza y la impureza, entonces diré que para el tantra estar dormido es impuro, la alerta es pura, y todo lo demás es simplemente insignificante.

Cuarta pregunta:

Si un estado de ánimo o deseo emocional se vuelve estimulante para nosotros, y si no lo expresamos externamente, ¿vuelve necesariamente esta energía a la fuente y da más energía y frescor a la persona?

¡No necesariamente! Pero si eres consciente, entonces es así, necesariamente. Cualquier energía, *cualquier* energía, necesita raíces para moverse, y ninguna energía puede ser destruida. La energía es indestructible. Sólo puede transformarse en formas diferentes; nunca se puede volver nada. De modo que cuando tratas de suprimir o de reprimir cualquier energía, estás haciendo una absoluta tontería contigo mismo. La energía no puede ser suprimida; sólo puede ser transformada. Una energía reprimida se volverá un cáncer. Si sientes ira, hay disponibles dos rutas corrientes: o la expresas o la reprimes. Si la expresas, entonces se vuelve una cadena, porque entonces creas ira en la otra persona y la expresará..., y esto no tiene fin. Entonces tú la expresarás, y puede continuar durante años. ¡Continúa! Así es como está viviendo todo el mundo. Sigue y sigue.

Los que saben profundamente dicen que sigue y sigue también durante vidas, durante vidas y vidas. Has estado enfadado con una persona en tu vida pasada, y aún en esta vida estás repitiendo la misma pauta con la misma persona. No eres consciente; eres dichosamente inconsciente. Así que es bueno si piensas que está pasando algo nuevo. El noventa y nueve por ciento de las veces no está sucediendo nada nuevo; viejas pautas se están repitiendo una y otra vez.

A veces, de pronto ves a un extraño y te enfadas. Él no ha hecho nada - ni siquiera le conoces-, pero te sientes deprimido o enfadado o violento, o simplemente quieres escapar de esta persona. Te sientes mal. ¿Por qué? Es alguna vieja pauta. La energía nunca muere, permanece, de modo que si la expresas, estás cayendo en una cadena eterna. Algún día tendrás que salir de ella. Y todo el asunto es inútil, es un despilfarro. No inicies la cadena.

Luego la otra alternativa habitual es reprimirla, y cuando la reprimes estás creando una herida dentro de ti. Eso será un sufrimiento. Eso creará problemas. Y la ira seguirá siendo

reprimida, y te convertirás en un volcán de ira.

De manera que puede ser que en este momento no estés expresando tu ira, pero ahora toda tu personalidad se volverá irascible. No habrá erupciones, nadie te verá dando una paliza a alguien y siendo violento, pero ahora toda tu personalidad se volverá irascible, porque tanta ira dentro de ti te envenena. Ahora, hagas lo que hagas, la parte colérica está presente. Incluso cuando estás amando a alguien, la parte enfadada está presente en todo. Si estás comiendo, la parte irascible estará presente. Serás violento con tu comida, no serás amoroso. Si estás abriendo una puerta, la parte enfadada estará presente. Serás violento con la puerta.

Un día, por la mañana, Mulla Nasruddin pasaba por una calle profiriendo juramentos y diciendo muy furiosamente: «El diablo tomará posesión de tu espíritu y te saldrán remolachas en la tripa»..., y seguía sin parar de esta manera.

Un hombre le miró y dijo: «Mulla, ¿a quién estás maldiciendo tanto, y tan temprano?».

Mulla dijo: «¿A quién? No lo sé. Pero no te preocupes, alguien aparecerá tarde o temprano».

Si estás lleno de ira, sucede esto: estás esperando, y tarde o temprano aparecerá alguien. Estás ardiendo por dentro, esperando algún objeto, algún medio, alguien que te ayude a desfogarte. Entonces toda tu personalidad se vuelve irascible o violenta o sexual. Puedes reprimir el sexo, y entonces el sexo reprimido se convierte en toda tu personalidad. Entonces, dondequiera que mires verás sexo, en todo lo que toques verás sexo; todo lo que hagas será un acto sexual. Puedes reprimir el sexo muy fácilmente; no es difícil. Pero entonces el sexo se esparcirá en ti por todas partes. Cada una de tus fibras, cada una de tus células se volverá sexual.

Observa a los célibes. Sus mentes se vuelven totalmente sexuales; sueñan con el sexo, luchan con el sexo, fantasean constantemente con el sexo. Están obsesionados. Lo que podría haber sido natural se ha vuelto pervertido. Si lo expresas, creas una cadena; si lo reprimes, creas una herida, y ninguna de las dos cosas es buena. Así es que el tantra dice que hagas lo que hagas -por ejemplo, si estás enfadado, cuando sientas que llega la ira- sé consciente ininterrumpidamente. No la reprimas y no la

expreses. Haz una tercera cosa; toma la tercera alternativa: sé consciente de pronto de que llega la ira. Esta consciencia transforma la energía que se está moviendo como ira en una energía diferente. La misma energía que llamamos ira se convierte en compasión. Por medio de la alerta se produce la transmutación.

La misma energía que llamamos sexo se vuelve *brahmacharya*, espiritualidad, mediante la consciencia. La alerta es la alquimia. Con ella, todo cambia. Pruébalo, y lo sabrás. Cuando llevas alerta a la consciencia, a cualquier estado de ánimo, cualquier sensación, cualquier energía, cambia de naturaleza y cualidad. No vuelve a ser la misma, y se abre una nueva ruta. No vuelve al mismo sitio en el que estaba, de donde vino; no va hacia fuera. El movimiento horizontal se ha detenido. Con la alerta se vuelve vertical, va hacia arriba. Esa es una dimensión diferente. Un carro de bueyes se mueve horizontalmente; un avión se mueve verticalmente, hacia arriba.

Me gustaría contarte una parábola. Un faquir, un sufí, solía contar que un gran rey le regaló a un amigo un avión, un aeroplano muy pequeño. El amigo había oído hablar de los aviones, pero nunca había visto uno. Sólo conocía los carros de bueyes, así que pensó que esto era un nuevo artilugio: un nuevo tipo de carro de bueyes. Usó sus dos bueyes para llevar el avión a casa, y luego usó el avión como un carro de bueyes. Estaba muy contento. Por supuesto, el pequeño aeroplano servía como carro de bueyes. Pero luego, con el tiempo, simplemente por curiosidad, empezó a estudiarlo. Entonces llegó a comprender que los bueyes no eran necesarios. Tenía un motor y era capaz de andar por sí mismo, así que le echó combustible y lo usó como un automóvil.

Pero luego, con el tiempo, se percató de las alas, y pensó: «¿Para qué las tiene?». Y le pareció que el hombre que había ingeniado esta máquina debió de haber sido muy inteligente, un genio; por lo tanto, no pudo haber añadido nada innecesariamente. Las alas indicaban que la máquina también podía volar. Así que lo intentó. Entonces el avión se volvió lo que realmente era; se volvió vertical.

Tú estás usando la mente que tienes como carro de bueyes. La misma mente puede volverse un automóvil; entonces no serán

necesarios los bueyes. Tiene un mecanismo propio, pero también entonces se moverá horizontalmente. Sin embargo, la misma mente tiene alas. No la has observado, por eso no sabes que tiene alas. ¡Puede volar! ¡Puede elevarse! Y una vez que se eleva, una vez que tus energías empiezan a elevarse, el mundo entero es diferente. Tus viejas preguntas simplemente caen y tus viejos problemas ya no existe porque ahora te estás moviendo horizontalmente.

Todos esos problemas existían porque te estabas moviendo horizontalmente. Los problemas de un carro de bueyes no son problemas para el avión. El camino no era bueno, así que había el problema. El camino estaba bloqueado, así que había un problema. Esto ya no es un problema porque el camino no se usa en absoluto. Que esté bloqueado o no, que sea bueno o no, es irrelevante.

Las enseñanzas morales son enseñanzas de carro de bueyes; la enseñanza del tantra es vertical. Es por eso que todos esos problemas son irrelevantes para el tantra. La energía que llamas sexo, avaricia o lo que sea, se mueve horizontalmente. Una vez que llevas tu alerta a ella, has in traducido una nueva dimensión. Con sólo esta alerta, vas hacia arriba.

¿Por qué? Observa el hecho: cuando estás alerta, siempre estás sobre el hecho. Ponte alerta de cualquier cosa, y siempre estás encima del hecho. El hecho está debajo, abajo, y tú estás mirando desde arriba, desde una cima. Siempre que has observado algo, te has elevado, y la cosa ha permanecido abajo. Si esta atención es realmente auténtica y puedes ser consciente ininterrumpidamente, entonces la energía que se movía horizontalmente como ira, como sexo, entrará en esta nueva dimensión.

Se acercará a ti, al testigo. Entonces has empezado a volar. Y durante vidas y vidas has estado usando como un carro de bueyes el mecanismo que está creado para volar, creando problemas innecesariamente porque no sabías lo que es posible para ti.

Quinta pregunta:

Dijiste que uno no debería ni reprimir ni darse a la ira, sino

que debería permanecer pasivamente alerta y meditativo. Obviamente, se requerirá un tipo de esfuerzo interno para evitar la represión o el desenfreno, pero entonces ¿no es esto también una forma de represión?

¡No! Es un esfuerzo, pero no «una forma de represión». No todo esfuerzo es represión. Hay tres tipos de esfuerzos. Uno es el esfuerzo que es expresión. Cuando expresas tu ira, es un esfuerzo. Luego, el segundo tipo de esfuerzo se da cuando reprimes. Cuando expresas lo que estás haciendo, estás forzando tu energía a salir hacia la persona, el objeto; estás expeliendo tu energía, el otro es el objetivo. La energía va al otro; es un esfuerzo. Cuando reprimes, devuelves la energía a la fuente original, a tu propio corazón. La fuerzas a volver. Es un esfuerzo, pero la dirección es diferente. En la expresión, se aleja de ti; en la represión, vuelve a ti.

Lo tercero, la alerta, la alerta pasiva, también es un esfuerzo, pero la dimensión es diferente. La energía va hacia arriba. Al principio es un esfuerzo. Cuando digo pasivamente alerta, al principio incluso la pasividad está abocada a ser un esfuerzo. Sólo con el tiempo, según te vayas familiarizando con ella, dejará de ser un esfuerzo. Y cuando no es un esfuerzo, se vuelve más pasiva; y cuanto más pasiva, más magnética: atrae la energía hacia arriba.

Pero al principio todo será un esfuerzo, así que no seas víctima de las palabras. Eso crea problemas. Los místicos siempre han estado hablando de la ausencia de esfuerzo; dicen que no hagas ningún esfuerzo. Pero al principio, incluso esto será un esfuerzo. Cuando decimos que no hagas esfuerzos, sólo queremos decir que no fuerces el esfuerzo. Deja que llegue con la consciencia. Si lo fuerzas, te pondrás tenso. Si te pones tenso, la ira no puede elevarse. La tensión es horizontal; sólo una mente sin tensión puede estar por encima, sobrevolando como una nube.

Mira las nubes flotando sin esfuerzo. Introduce tu observación como una nube que flota. Al principio será un esfuerzo, pero recuerda sólo que dejará de serlo. La estarás impulsando y dejando que suceda más y más.

Esto es difícil, porque el lenguaje crea la dificultad. Si te digo

que te relajes, ¿qué harás? Harás un tipo de esfuerzo. Pero entonces te digo que no hagas ningún esfuerzo, porque si haces cualquier esfuerzo, eso creará tensión y no podrás relajarte.

Te digo simplemente que te relajes. Entonces estarás muy confuso, y preguntarás: «Entonces, ¿qué quieres decir? Si no tengo que hacer ningún esfuerzo, entonces ¿qué se supone que tengo que hacer?».

No tienes que hacer nada, pero al principio ese no hacer nada será como hacer algo. Así que diré: «¡Muy bien! Haz un poco de esfuerzo, pero recuerda que luego hay que dejar el esfuerzo. Úsalo como arranque al principio. No entiendes "no-hacer"; sólo entiendes hacer. Así que usa el lenguaje de hacer y de la acción. Empieza, pero usa el esfuerzo sólo como arranque. Y recuerda: cuanto antes lo dejes, mejor».

He oído que cuando Mulla Nasruddin se hizo muy viejo, cayó víctima del insomnio, no podía dormir. Lo probó todo -baños calientes, píldoras, sedantes, jarabes-, pero todo resultó inútil. No sirvió para nada. Y los hijos estaban perturbados, porque Mulla no dormía, y no dejaba dormir a nadie en la casa. De modo que la noche entera se había vuelto una pesadilla para toda la familia.

Buscaron desesperadamente algún método, alguna medicina que ayudara a dormir a Mulla, porque la familia entera se estaba volviendo loca. Así que finalmente trajeron a un hipnotizador. Los hijos llegaron muy contentos y le dijeron al viejo Mulla: «Ya no necesitas preocuparte, papá. Este hombre es milagroso. Produce el sueño en unos minutos. Conoce la magia del sueño, así que no te preocupes. Ya no hay miedo, y dormirás».

El hipnotizador le mostró un reloj con cadena a Nasruddin, y dijo: «Sólo un poquito de fe bastará para el milagro. Necesitas un poco de confianza en mí.. Confía en mí, y te dormirás profundamente como un bebé. Mira este reloj».

Empezó a mover el reloj a la izquierda y a la derecha. Nasruddin lo miraba, y el hipnotizador decía: «Izquierda-derecha, izquierda-derecha. Tus ojos se están empezando a sentir cansados, cansados, cansados. Te estás durmiendo, durmiendo, durmiendo, durmiendo».

Todo el mundo está contento, feliz. Los ojos de Mulla se cerraron, su cabeza cayó, y se durmió profundamente como un pequeño bebé. Tenía una respiración muy rítmica. El hipnotizador

cobró sus honorarios, y se puso el dedo en los labios, para indicar a los hijos que no había que perturbarlo. Luego salió a hurtadillas. En el momento en que estuvo fuera, Mulla abrió un ojo y dijo: «¡Ese chiflado! ¿Se ha ido ya?».

Estaba haciendo un esfuerzo para relajarse, así que se relajó «como un bebé». Había empezado a respirar rítmicamente y cerró los ojos, pero todo ello era un esfuerzo. Estaba ayudando al hipnotizador. Pensó que estaba ayudando al hipnotizador... pero era un esfuerzo por su parte, así que no sucedió nada. No podía suceder nada. Está despierto. Si hubiese podido ser simplemente pasivo, si hubiera podido oír lo que le decía, mirar lo que le mostraba, habría sucedido el sueño. No era necesario ningún esfuerzo por su parte; tan sólo era necesaria la aceptación pasiva. Pero para ti, incluso llevar tu mente a la aceptación pasiva requerirá esfuerzo al principio.

Así que no tengas miedo al esfuerzo. Empieza con esfuerzo, y recuerda que luego hay que dejar el esfuerzo y que tienes que ir más allá del esfuerzo. Sólo cuando hayas ido más allá del esfuerzo se pasivo, y esa consciencia pasiva produce el milagro.

Con consciencia pasiva ya no hay mente. Por primera vez se revela tu centro interno de ser, hay una razón para ello. El esfuerzo es necesario para todo lo que hay que hacer en el mundo, quieres hacer algo en el mundo, cualquier cosa, es necesario el esfuerzo. Pero si quieres hacer algo en el interior, no es necesario ningún esfuerzo. Sólo es necesaria la relajación. Ahí, no hacer es el arte, igual que hacer es el arte en lo exterior, en mundo externo.

Esta alerta pasiva es la llave. Pero no te perturbes con el lenguaje. Empieza con esfuerzo. Ten presente que tienes que dejarlo, y sigue dejándolo. Incluso dejarlo será un esfuerzo; pero llega el momento en que *todo* se ha ido. Entonces tú estás ahí, simplemente ahí sin hacer nada: sólo estás siendo. Este «ser» es el *samadhi*, y todo lo que merece la pena saberse, lo que merece la pena tenerse, lo que merece la pena ser, te sucede en ese estado.

Capítulo 43

Encontrar lo que No Cambia

Mediante lo Cambiante

Los Sutras

66 Sé el mismo no-mismo con el amigo y el extraño, en el honor y en el deshonor.

67 Éste es el ámbito del cambio, cambio, cambio. Mediante el cambio, consume el cambio.

Northrope dice alguna parte que la mente occidental ha estado buscando continuamente el componente teórico de la existencia, el vínculo causal de cómo suceden las cosas, cuál es la causa, cómo se puede controlar el efecto, cómo puede el hombre manipular la naturaleza. Y la mente oriental, dice Northrope, ha estado en una aventura diferente. Su búsqueda ha sido para encontrar el componente estético de la realidad; no el teórico, sino el estético.

La mente oriental no ha estado muy ocupada en la búsqueda para saber cómo manipular la naturaleza, sino que ha estado interesada en cómo ser una con la naturaleza; no en cómo conquistarla, sino en cómo estar en una amistad profunda, una participación profunda con ella. La mente occidental ha estado en conflicto, en una lucha; la mente oriental ha estado en una relación mística, amorosa. No sé si Northrope estará de acuerdo conmigo o no, pero yo creo que la ciencia es un odio, una relación de odio con la naturaleza; de ahí la pugna, la lucha, el afán de conquista, el lenguaje de la victoria.

La religión es una relación de amor; de ahí que no haya conflicto, que no haya lucha. Dicho de otra forma, la ciencia es una actitud masculina, y la religión, una actitud femenina. La ciencia es agresiva, la religión es receptiva. La mente oriental es religiosa. O, si me lo permitís, diré que donde hay una mente religiosa, es oriental. La mente científica es occidental. Da igual que un hombre nazca en Oriente o en Occidente. Estoy usando Oriente y Occidente como dos actitudes, dos enfoques, no como dos denominaciones geográficas. Puedes haber nacido en Occidente, pero puede que no encajes allí; puede que seas oriental por completo. Puedes haber nacido en Oriente, pero

puede que no encajes; puede que seas científico, puede que tu enfoque sea matemático, intelectual.

El tantra es absolutamente oriental. Es una manera de formar parte de la realidad: una manera de ser uno con ella, de disolver las líneas divisorias, de entrar en un área indiferenciada. La mente diferencia, crea líneas divisorias, definiciones, porque la mente no puede funcionar sin definiciones, sin líneas divisorias. Cuanto más precisas las líneas divisorias, mejor es la posibilidad de que funcione la mente. De modo que la mente lo corta, lo divide, lo trocea todo.

La religión es una disolución de las líneas divisorias para entrar en lo indiferenciado, donde no hay definiciones, donde nada tiene límites, donde todo entra en todo lo demás, donde todo es todo lo demás. No puedes cortar, no puedes trocear la existencia. Las consecuencias tendrán que ser diferentes en cada enfoque. Con el enfoque científico, dividiendo, troceando, sólo puedes llegar a partículas, átomos muertos, porque la vida es algo que no se puede cortar en divisiones. Y en el momento en que la cortas, ya no existe. Es como si alguien va a estudiar una sinfonía analizando cada nota individual. Cada nota individual forma parte de la sinfonía, pero no es la sinfonía. La sinfonía se crea con muchas notas que se disuelven las unas en las otras. No puedes estudiar una sinfonía analizando notas.

Yo no puedo estudiarte analizando tus partes; no eres sólo una suma de partes, eres más que eso. Cuando divides y cortas y analizas, la vida desaparece; sólo quedan partes muertas. Por eso la ciencia nunca será capaz de saber qué es la vida, y todo lo que se sepa por medio de la ciencia será sobre la muerte -la materia-, nunca será sobre la vida. Puede que la ciencia llegue a ser capaz de manipular la vida, de conocer las partes, las partes muertas. Puede que sea capaz de manipular la vida, pero, aun así, la *vida* no se conoce, ni siquiera es tocada. La vida permanece incognoscible para la ciencia. Debido al método mismo de su tecnología, su metodología, debido al enfoque mismo, la vida no puede conocerse mediante ella.

Por eso la ciencia sigue negando, negando todo lo que no sea materia. Su enfoque mismo proscribiera cualquier contacto con lo que es la vida. y también sucede lo inverso: si entras profundamente en la religión, empezarás a negar la materia. Shankara

dice que la materia es ilusión, no existe; simplemente parece existir. Todo el enfoque oriental ha sido negar el mundo, la materia, cualquier cosa material. ¿Por qué? La ciencia sigue negando la vida, lo divino, la consciencia. Las experiencias religiosas profundas siguen negando la materia, todo lo que es material. ¿Por qué? Debido al enfoque mismo. Si miras la vida sin diferenciación, la materia desaparece. La materia es vida dividida, diferenciada. Materia significa vida definida, analizada en partes.

De modo que, por supuesto, si miras la vida indiferenciadamente y te vuelves parte de ella, en una participación profunda, si te haces uno con la existencia como dos amantes se hacen uno, la materia desaparece. Por eso dice Shankara que la materia es una ilusión. Si participas en la consciencia, lo es. Pero Marx dice que la consciencia es sólo un subproducto, que no es substancial; una función de la materia. Si divides la vida entonces la consciencia desaparece, se disolvería. Entonces sólo existe la materia.

Lo que estoy intentando decirte es que la existencia es una. Si la consideras mediante el análisis, aparece como material, muerta. Si la consideras mediante la participación, aparece vida, como divina, como consciencia. Si la consideras mediante la ciencia, no hay ninguna posibilidad de que te suceda ninguna dicha, porque con la materia muerta la dicha es imposible. Como mucho, puede ser sólo ilusoria. Sólo con una participación profunda es posible la dicha.

El tantra es una técnica de amor. El esfuerzo para hacerte uno con la existencia. De manera que tendrás que perder muchas cosas antes de entrar. Tendrás que perder tu pauta hábito de analizar las cosas; tendrás que perder la pauta arraigada de luchar, de pensar en función de conquista.

Cuando Hillary llegó a la cima más alta de los Himalayas, el Everest, todo el mundo occidental se refirió a ello como una conquista: la conquista del Everest. Sólo en un monasterio Zen en Japón en un periódico mural, apareció: «Se ha hecho amistad con el Everest»...; ino que ha sido conquista. Ésta es la diferencia: «Se ha hecho amistad con el Everest»; ahora la humanidad ha entablado amistad con él. El Everest ha permitido que Hillary llegue a él. No fue una conquista. La palabra mi «conquista» es vulgar, violenta. Pensar en función de conquistar refleja

agresividad. El Everest ha conocido a Hillary, le ha dado la bienvenida, y la humanidad ha entablado amistad; ahora se tendido un puente. Ahora no somos desconocidos. Uno de nosotros ha sido recibido por el Everest. Ahora el Everest se ha vuelto parte de la consciencia humana. Se ha tendido un puente.

Entonces el asunto se vuelve totalmente diferente. Depende de cómo lo mires. Recuerda esto antes de que nos internemos en las técnicas. Recuerda esto: el tantra es un esfuerzo amoroso hacia la existencia. Por eso el tantra ha usado tanto el sexo: porque es una técnica de amor. No es sólo amor entre el hombre y la mujer; es amor entre tú y la existencia, y por primera vez la existencia se vuelve significativa para ti a través de una mujer. Si eres una mujer, entonces la existencia se vuelve por primera vez significativa para ti a través de un hombre.

Por eso el sexo ha sido tan tratado y usado por el tantra. Imagínate a ti mismo absolutamente asexual: cómo si todo el sexo hubiera sido extraído de ti el día en que naciste. Imagina todo el sexo fue extraído completamente de ti el día en que naciste. No podrás amar; no podrás sentir ninguna afinidad con nadie. Te será difícil salir de ti mismo. Permanecerás encerrado, no podrás aproximarte, salir a encontrarte con alguien. Serás algo muerto en la existencia, cerrado por todas partes.

El sexo es tu esfuerzo por tomar contacto con el exterior. Sales de ti mismo; otra persona se vuelve el centro. Dejas atrás tu ego, sales de él para entrar en contacto con alguien. Si realmente quieres entrar en contacto, tendrás que entregarte, y si la otra persona también quiere entrar en contacto contigo, también tendrá que salir. Observa el milagro del amor, lo que sucede. Tú vas a la otra persona y la otra persona va a ti. Él entra en ti y tú entras en él o en ella. Habéis cambiado de lugar. Ahora él o ella se vuelve tu alma y tú te vuelves la suya. Esto es una participación. Ahora os estáis encontrando. Ahora os habéis vuelto un círculo. Éste es el primer encuentro en el que no estás encerrado en el ego. Este encuentro se puede convertir en un trampolín hacia un encuentro mayor con el universo, con la existencia, con la realidad.

El tantra no está basado en el intelecto, sino en el corazón. No es un esfuerzo intelectual, sino un esfuerzo sensible. Recuerda esto, porque eso te ayudará a comprender las técnicas. Ahora nos

adentraremos en las técnicas.

66 Sé consciente de lo que nunca cambia en ti.

Primera técnica: *Sé el mismo no-mismo con el amigo y el extraño, en el honor y en el deshonor.*

Sé el mismo no-mismo: ésta es la base. ¿Qué está sucediendo en ti? Están sucediendo dos cosas. Algo en ti permanece continuamente lo mismo; nunca cambia. Puede que no lo hayas observado, puede que no lo hayas descubierto todavía, pero si observas, te darás cuenta de que algo dentro de ti permanece constantemente igual. Debido a esa igualdad, puedes tener una identidad. Debido a esa igualdad, te sientes centrado; de lo contrario, será un caos. Dices: «Mi infancia». ¿Qué ha quedado ahora de ella? ¿Quién dice: «Mi infancia»? ¿Quién es este «mi», «mí», «yo»?

No ha permanecido nada de tu infancia. Si te muestran por primera vez las fotos de tu infancia, no podrás reconocerlas. Todo ha cambiado. Tu cuerpo ya no es el mismo; ni una sola célula sigue siendo la misma. Los fisiólogos dicen que el cuerpo es un flujo; es como un río. A cada momento están muriendo muchas células y están naciendo muchas nuevas. En siete años, tu cuerpo habrá cambiado completamente. De modo que si vas a vivir setenta años, tu cuerpo se habrá renovado diez veces completamente.

A cada momento está cambiando tu cuerpo, y también tu mente. No puedes reconocer una fotografía de tu infancia, y si fuera posible darte una fotografía de tu mente, de la mente de tu infancia, te resultaría imposible reconocerla. Tu mente es incluso más un flujo que tu cuerpo. Todo cambia a cada momento. Nada permanece lo mismo siquiera un solo momento. Por la mañana eras distinto en lo que se refiere a tu mente. Por la noche eres una persona totalmente diferente.

Cuando alguien venía a ver a Buda, antes de que la persona se fuera, se despidiera de él, Buda solía decir: «Recuerda, el hombre que vino a verme no es el hombre que regresa. Ahora eres totalmente diferente. Tu mente ha cambiado». Por supuesto, reunirte con Buda cambiará tu mente, para bien o para mal, pero

no puedes ser el mismo.

Viniste aquí con una mente diferente; te irás con una mente diferente. Algo ha cambiado. Algo nuevo ha sido añadido, algo ha sido eliminado. E incluso si no estás reuniéndote con nadie, si estás permaneciendo solo, tampoco entonces puedes seguir siendo el mismo. El río está moviéndose en todo momento.

Heráclito ha dicho: «No puedes entrar dos veces en el mismo río». Lo mismo puede decirse acerca del hombre: no puedes volver a encontrarte con el mismo hombre... ¡Imposible! Y debido a este hecho, y debido a que lo ignoramos, la vida se convierte en sufrimiento: porque sigues esperando que el otro sea el mismo. Te casas con una chica y esperas que sea la misma. ¡No puede serlo! Soltera, era distinta; casada, es completamente distinta. Un amante es una cosa, un marido es algo totalmente diferente. No puedes esperar encontrar a tu amante en tu marido. Eso es imposible. Un amante es un amante; un marido es un marido. En el momento en que un amante se vuelve un marido, todo ha cambiado. Pero tú sigues esperando. Eso crea sufrimiento: sufrimiento innecesario. Si podemos aceptar el hecho de que la mente sigue moviéndose y cambiando continuamente, escaparemos de muchísimos sufrimientos sin ningún coste. Lo único que necesitas es la simple consciencia de que la mente cambia.

Alguien te ama, y entonces sigues esperando amor. Pero al momento siguiente te odia; entonces te perturbas: no debido a su odio, sino sólo debido a tu expectativa. Esa persona ha cambiado. Está viva, así que tiene que cambiar. Pero si puedes ver la realidad tal como es, no te perturbarás. La persona que amaba hace un momento puede odiar un momento después, pero ¡espera! Un momento después estará amando otra vez. Así que no tengas lucha, ten paciencia. Y si la otra persona también puede ver esta pauta cambiante, no estará luchando contra las pautas cambiantes. Cambian; eso es natural.

De modo que si miras tu cuerpo, cambiar tratas de comprender tu mente, cambia. Nunca es igual. Nada es lo mismo siquiera en dos momentos consecutivos. Tu personalidad prosigue, es un flujo. Si esto es todo y no hay nada que siga siendo lo mismo continuamente, eternamente, temporalmente, entonces ¿quién recordará esto era «mi infancia»? La infancia ha

cambiado -el cuerpo ha cambiado, la mente ha cambiado, entonces ¿quién se acuerda? Entonces ¿quién sabe sobre la infancia y sobre la juventud y sobre vejez? ¿Quién sabe?

Este que sabe debe seguir siendo el mismo, este testigo debe seguir siendo el mismo. Se puede tener una perspectiva del testigo. El testigo de decir: «Esto fue mi infancia, esto fue mi juventud, esto fue mi vejez. En este momento este amado, y en este momento el amor, transformado en odio». Esta consciencia que observa, este que sabe, es siempre el mismo.

De manera que tienes dos ámbitos o dimensiones existiendo juntos en ti. Eres ambos, cambiante que siempre está cambiando y el invariable que permanece siempre sin cambiar.

Tomas consciencia de estos dos ámbitos, entonces esta técnica será útil: *Sé el mismo no-mismo, recuerda esto: Sé el mismo no-mismo.* Tendrás ser «no-mismo» en la periferia, pero en el interior permanece el mismo.

Recuerda lo que es lo mismo. Recordar es suficiente; no necesitas hacer nada más.

No cambia. No puedes cambiarlo, pero no olvidarlo. Puedes estar tan absorto, tan obsesionado con el mundo cambiante que te rodea con cuerpo, con tu mente- que puede que te alejes completamente del centro. El centro es eclipsado por el flujo cambiante..., y, por si olvidas hay problemas: que lo que es constante, lo mismo es difícil de recordar, porque el cambio crea problemas.

Por ejemplo, si hay un ruido constante a tu alrededor, no serás consciente de él. Si un reloj en la pared sigue haciendo tictac, tictac, todo el día, nunca eres consciente de él. Pero si se para de repente, te darás cuenta inmediatamente. Si algo es constantemente lo mismo, no hay necesidad de fijarse. Cuando algo cambia, la mente tiene que fijarse. Crea una fisura, y la pauta vibra. Lo estabas oyendo continuamente, así que no había necesidad de oírlo. Estaba ahí, se había vuelto parte del entorno. Pero si ahora el reloj se para de repente, te darás cuenta. Tu consciencia irá de pronto a la fisura.

Es como si se te cae un diente: la lengua va continuamente al sitio. Cuando el diente estaba allí, la lengua nunca intentó tocarlo. Ahora no está el diente -sólo hay un agujero- y durante todo el día, independientemente cómo lo intentes, no puedes evitarlo: la

lengua va al agujero. ¿Por qué? Porque hay algo que falta y el entorno ha cambiado. Hay algo nuevo.

Siempre que hay algo nuevo te vuelves consciente..., por muchas razones. Es una medida de seguridad. Es necesario para tu vida, para sobrevivir. Cuando algo cambia, tienes que volverte consciente. Puede que sea peligroso. Tienes que prestar atención, y tienes que volver a adaptarte a la nueva situación que ha surgido. Pero si todo es tal como era, no hay necesidad. No necesitas ser consciente. Y este mismo elemento en ti, que los hindúes han llamado *atma*, el alma, ha estado ahí siempre desde el principio, si es que hubo un principio. Y va a estar hasta el final, si es que va a haber un final. Ha sido eternamente el mismo, así que ¿cómo vas a ser consciente de él?

Como es tan permanentemente el mismo, tan eternamente el mismo, te lo estás perdiendo. Te fijas en el cuerpo, te fijas en la mente porque están cambiando. Y como te fijas en ellos, empiezas a pensar que eres ellos. Sólo los conoces a ellos; te identificas.

Todo el esfuerzo espiritual es para encontrar lo mismo en medio de lo no-mismo: para encontrar lo eterno en lo cambiante, para encontrar lo que siempre es lo mismo. Ese es tu centro, y si puedes recordar ese centro, sólo entonces será fácil esta técnica; o si puedes hacer esta técnica, recordar se volverá fácil. Puedes ir desde ambos lados.

Prueba esta técnica. La técnica es *ser el mismo no-mismo con el amigo y el extraño*. Con el amigo y con el enemigo, o con el extraño, sé «el mismo no-mismo». ¿Qué significa esto? Parece contradictorio. En cierto modo tendrás que cambiar, porque si se acerca a ti tu amigo, tendrás que portarte con él de manera diferente, y si se acerca a ti un extraño, tendrás que portarte con él de manera diferente. ¿Cómo vas a portarte con un extraño como si ya le conocieras? No puedes. Habrá una diferencia; sin embargo, en lo más profundo permanece el mismo. La actitud debe seguir siendo la misma, pero el comportamiento será «no-mismo».

No puedes portarte con una persona desconocida, como si ya la conocieras. ¿Cómo vas a poder? Como mucho puedes fingir, pero los fingimientos no servirán. Habrá una diferencia.

No hay necesidad de fingir con un amigo que es tu amigo.

Con un extraño, incluso si intentas actuar como si fuera un amigo, será un fingimiento: algo nuevo. No puedes ser el mismo; lo no-mismo será necesario. En lo que concierne a tu conducta, serás diferente, pero en lo que concierne a tu consciencia puedes ser el mismo. Puedes mirar al amigo como al extraño.

Es difícil. Puede que hayas oído: «Mira al extraño como si fuera un amigo», pero eso no es posible si no es posible lo que estoy diciendo. Primero mira a tu amigo como a un extraño; sólo entonces puedes mirar al extraño como al amigo. Están correlacionados.

¿Has mirado alguna vez a tus amigos como si fueran extraños? Si no lo has hecho, entonces no has mirado en absoluto. Mira a tu mujer: ¿la conoces realmente? Puede que hayas vivido con ella veinte años o incluso más, y cuanto más vivas con ella, mayor es la posibilidad de que sigas olvidando que es una extraña..., y sigue siendo una extraña. Independientemente de cuánto la ames, eso no cambiará nada.

En realidad, si la amas más, más extraña parecerá, porque cuanto más amas, más profundo vas y más sabes que ella es como un río, moviéndose, cambiando, viva, diferente en cada momento. Si no miras profundamente, si simplemente te atienes a que es tu mujer, que se llama tal o cual, entonces has elegido un fragmento en particular, y sigues pensando que tu esposa es ese fragmento. Y cada vez que ella tiene que cambiar, ha de ocultar sus cambios. Puede que no esté de un humor cariñoso, pero tiene que fingir porque tú esperas amor de tu esposa.

Entonces todo se vuelve falso. No se le permite cambiar; no se le permite ser ella misma. Entonces algo está siendo forzado. Entonces toda la relación se muere. Cuanto más ames, más percibirás la pauta cambiante. Entonces en cada momento eres un extraño. No puedes predecir; no puedes decir cómo se va a comportar tu marido mañana por la mañana. Sólo puedes predecir si tienes un marido muerto; entonces puedes predecir. Las predicciones sólo son posibles acerca de cosas, nunca acerca de personas. Si alguna persona es previsible, ten muy claro que está muerta; ha muerto. Su vida es falsa, de modo que se puede predecir. No hay nada previsible acerca de las personas debido al cambio.

Mira a tu amigo como a un extraño; ¡lo es! No tengas miedo.

Tenemos miedo a los extraños, así que seguimos olvidando que incluso un amigo es un extraño. Si miras también al extraño que hay en tu amigo, nunca te frustrarás, porque no puedes esperar nada de un extraño. Con tus amigos lo das todo por descontado; así que hay expectativas y luego frustraciones: porque nadie puede satisfacer tus expectativas, nadie está aquí para satisfacer tus expectativas. Todo el mundo está aquí para satisfacer sus propias expectativas; nadie está aquí para satisfacerte a ti. Todo el mundo está aquí para satisfacerse a sí mismo, pero tú esperas que los demás te satisfagan y los demás esperan que tú les satisfagas a ellos. Entonces hay conflicto, violencia, lucha y sufrimiento.

Sigue recordando siempre al extraño. No lo olvides; incluso tu amigo más íntimo es un extraño: tan distante de ti como es posible. Si te sucede esta percepción, este conocimiento, entonces puedes mirar al extraño y encontrar también en él a un amigo. Si un amigo puede ser un extraño, entonces un extraño puede ser un amigo. Mira a un extraño: no sabe tu lengua, no es de tu país, no pertenece a tu religión, no es de tu mismo color. Tú eres blanco y él es negro, o tú eres negro y él es blanco. No os podéis comunicar por medio del lenguaje; no pertenecéis a la misma iglesia. De modo que no hay terreno común en lo referente a la nación, la religión, la raza o el color: ¡no hay terreno común! Es un extraño totalmente. Pero mírale a los ojos, y tiene la misma humanidad: ese es el terreno común; y la misma vida: ese es el terreno común; y la misma existencia: esa es la raíz de que seáis amigos.

Puede que no entiendas su lengua, pero le puedes entender a él. Incluso el silencio puede ser comunicativo. Con sólo mirarle a los ojos profundamente, quedará revelado el amigo. Y si sabes mirar, entonces ni siquiera un enemigo puede engañarte. Puedes ver al amigo en él. No puede probar que no es tu amigo. Independientemente de lo distante que esté, está cerca de ti, porque perteneces a la misma corriente existencial, al mismo río que él. Pertenecéis a la misma Tierra de ser.

Si sucede esto, entonces ni siquiera un árbol está lejos de ti, entonces ni siquiera una piedra está lejos de ti. Una piedra es realmente una extraña. No hay ningún terreno común, ninguna posibilidad de comunicación..., pero tiene la misma existencia. La

piedra también existe, la piedra también participa en el ser. Está aquí, también ocupa un espacio, también existe en el tiempo. El Sol también sale para ella, como sale para ti. Un día no existía, igual que tú, y un día tú morirás y ella también morirá. La piedra desaparecerá. Nos encontramos en la existencia. El encuentro es la amistad. Nos diferenciamos en la personalidad, nos diferenciamos en la manifestación; en la esencia somos uno.

En las manifestaciones somos extraños, de modo que al margen de lo cercanos que estemos, permanecemos lejos. Os podéis sentar juntos, podéis abrazaros, pero no hay ninguna posibilidad de que os acerquéis más. Por lo que respecta a la personalidad cambiante, nunca sois lo mismo. Nunca sois similares; siempre sois extraños. No os podéis encontrar ahí, porque antes de que os podáis encontrar, ya habéis cambiado. No hay ninguna posibilidad de encuentro. Por lo que concierne a los cuerpos y a las mentes, no puede haber ningún encuentro, porque antes de que os podáis encontrar, ya no sois los mismos.

¿Lo has observado alguna vez? Sientes amor por alguien: un arrebató profundísimo. Estás lleno de él, y en el momento en que dices: «Te amo», ha desaparecido. ¿Lo has observado? Puede que ya no esté ahí, puede que sea sólo un recuerdo. Estaba ahí, pero ya no está. El hecho mismo de que lo aseveraras, de que lo hicieras manifiesto, ha hecho que entre en el ámbito del cambio. Cuando lo sentiste, puede que estuviera en lo profundo de la esencia, pero cuando lo haces salir, lo estás llevando al ámbito del tiempo y el espacio; está entrando en el río. Cuando dices: «Te amo», para entonces puede que haya desaparecido por completo. Es muy difícil, pero si observas, se vuelve un hecho. Entonces puedes mirar. En el amigo está el extraño, y en el extraño, el amigo. Entonces puedes seguir siendo *el mismo no-mismo*. Cambias periféricamente; sigues siendo el mismo en la esencia, en el centro.

En el honor y en el deshonor... ¿A quién se honra y a quién se deshonra? ¿A ti? ¡Nunca! Sólo a lo que es cambiante, y eso no eres tú. Alguien te honra; si consideras que te está honrando *a ti*, estarás en dificultades. Está honrando a una manifestación concreta en ti, no a ti. ¿Cómo va a conocerte a ti? Ni siquiera tú te conoces a ti mismo. Él honra una manifestación específica; honra algo que ha entrado en tu personalidad cambiante. Eres

amable, cariñoso; él lo honra. Pero esta amabilidad y este cariño están sólo en la periferia. Al momento siguiente no serás cariñoso; puede que estés lleno de odio. Puede que no haya flores, sólo espinas. Puede que no seas tan feliz. Puede que estés triste, deprimido. Puede que seas cruel, que estés lleno de ira. Entonces te deshonrará. Luego volverá la manifestación amorosa. Los demás no entran en contacto contigo, sino con tus manifestaciones.

Recuerda esto: no te están honrando ni deshonrando *a ti*. No pueden hacer ninguna de las dos cosas porque no te conocen; no pueden conocerte. Si ni siquiera tú eres consciente de ti mismo, ¿cómo van a serlo ellos? Ellos tienen sus propias fórmulas, tienen sus teorías, tienen sus medidas y criterios. Tienen sus piedras de toque y dicen: «Si un hombre es tal y cual, le honraremos, y si un hombre es tal y cual, le deshonraremos». De modo que actúan conforme a sus criterios, y tú nunca estás cerca de sus piedras de toque; sólo tus manifestaciones.

Pueden llamarte pecador un día y santo otro. Pueden llamarte santo hoy, y al día siguiente puede que estén contra ti, que te maten a pedradas. ¿Qué está pasando? Entran en contacto con tu periferia, nunca entran en contacto contigo. Recuerda esto: que lo que sea que estén diciendo no es sobre ti. Tú permaneces más allá; tú permaneces fuera. Sus condenas, sus apreciaciones, todo lo que hacen no tiene que ver realmente contigo, sino sólo con tus manifestaciones en el tiempo.

Te contaré una anécdota Zen. Un joven monje vivía cerca de Kioto. Era joven y guapo, y toda la ciudad estaba contenta. Le honraban. Pensaban que era un gran santo. Entonces, un día todo se invirtió. Una chica quedó embarazada, y les dijo a sus padres que este monje era el responsable. Así que toda la ciudad se puso contra él. Fueron y le quemaron la casa. Era por la mañana, y era una mañana muy fría, una mañana de invierno, y le tiraron el niño al monje.

El padre de la chica le dijo: «Éste es tu hijo, así que asume la responsabilidad».

El monje simplemente dijo: «¿Es eso así?». Y entonces el niño empezó a llorar, así que el monje se olvidó del gentío y empezó a cuidar al niño.

El gentío fue y destruyó su casa, la quemó. Entonces el niño

tenía hambre y el monje no tenía dinero, así que empezó a mendigar en la ciudad para el niño. ¿Quién le iba a dar algo ahora? Hacía sólo unos momentos era un gran santo, y ahora es un gran pecador. ¿Quién le iba dar algo ahora? Dondequiera que lo intentó, le dieron con la puerta en las narices. Le condenaron completamente.

Entonces llegó a la misma casa, a la casa de la chica. La chica estaba muy afligida, y entonces oyó llorar y gritar al niño, y el monje estaba parado ahí diciendo: «No me deis a mí, soy un pecador. Pero el niño no es un pecador; le podéis dar leche a este niño». Entonces la chica confesó que, para ocultar al auténtico padre, había dicho el nombre del monje. Él era absolutamente inocente.

De modo que toda la ciudad volvió a girar. Cayeron a sus pies, empezaron a pedirle perdón. Y llegó el padre de la chica, cogió al niño con ojos llorosos, cayéndosele las lágrimas, y dijo: «Pero ¿por qué no lo dijiste antes? ¿Por qué no negaste por la mañana? El niño no es tuyo».

Se cuenta que el monje dijo: «¿Es eso así?». Por la mañana había dicho: «¿Es eso así? ¿Este niño es mío?». Y por la tarde dijo: «¿Es eso así? ¿Este niño no es mío?».

Así es como hay que aplicar este sutra en la vida. En el honor y en el deshonor, debes permanecer *el mismo no-mismo*. El centro más íntimo debe seguir siendo lo mismo, pase lo que pase en la periferia. La periferia cambiará, pero tú no debes cambiar. Y porque eres dos, la periferia y el centro, por eso se han usado términos opuestos, contradictorios: *Sé el mismo no-mismo...* Y puedes aplicar esta técnica a todos los opuestos: en el amor y en el odio, en la pobreza y en la riqueza en el bienestar y en el malestar, o en cualquier cosa, permanece *el mismo no-mismo*.

Ten claro que el cambio sólo le está sucediendo a tu periferia. No te puede suceder a ti; eso es imposible. De modo que puedes permanecer desapegado, y ese desapego no es forzado. Simplemente sabes que es así. Esto no es un desapego forzado esto no es un esfuerzo por tu parte para mantenerte desapegado. Si *intentas* permanecer desapegado aún estás en la periferia; no has conocido el centro. El centro es desapegado; siempre ha sido así. Es trascendental. Es siempre el más allá. Todo lo que sucede abajo nunca le sucede a él.

Prueba esto en situaciones opuestas. Sigue sintiendo algo en ti que es lo mismo. Cuando alguien te esté insultando, céntrate en el punto en el que simplemente estás escuchándole -no haciendo nada, no reaccionando-, simplemente escuchando; está insultándote. Y luego alguien te está alabando. Simplemente escucha. Insulto-alabanza honor-deshonor: simplemente escucha. Tu periferia se alterará. Mírala también; no la cambies. Mírala; permanece en lo profundo de tu centro, mirada desde ahí. Tendrás un desapego que no es forzado, que es espontáneo, que es natural.

Y una vez que tengas la percepción del desapego natural, nada puede alterarte. Permanecerás silencioso. Independientemente de lo que pase en el mundo, permanecerás inalterado. Incluso si alguien te está matando, sólo afectará al cuerpo: no a ti. Tú permanecerás más allá. Este «permanecer más allá» te lleva a la existencia, a lo que es dicha, eterno, a lo que es verdadero, que es siempre, a lo que es inmortal, a la vida misma. Puedes llamarlo Dios o puedes elegir tu propio término. Puedes llamarlo *nirvana*, como quieras, pero a no ser que vayas de la periferia al centro y a no ser que tomes consciencia de lo eterno en ti, no te ha sucedido la religión, ni te ha sucedido la vida. Te lo estás perdiendo; simplemente te lo estás perdiendo todo. Eso es posible: perderse el éxtasis de vivir.

Shankara dice: «llamo *sannyasin* al hombre que sabe qué está cambiando y qué es invariable, que sabe qué se está moviendo y qué es inmóvil». Esto, en la filosofía India, se conoce como discernimiento: *vivek*. Discernir entre estos dos, el ámbito del cambio y el ámbito de lo invariable: esto se llama *vivek*, discernimiento, consciencia.

Este sutra puede usarse muy, muy profundamente y muy fácilmente con cualquier cosa que estés haciendo. ¿Tienes hambre? Recuerda los dos ámbitos. El hambre sólo puede sentirlo la periferia, porque la periferia necesita comida, necesita combustible. Tú no necesitas comida, tú no necesitas ningún combustible, pero el cuerpo los necesita. Recuerda, cuando sucede el hambre, le está sucediendo a la periferia; tú eres tan sólo el que lo sabe. Si tú no existieras, no se sabría. Si no existiera el cuerpo, no sucedería. Con tu ausencia, sólo faltará el conocimiento, porque el cuerpo no puede saber. El cuerpo puede

tenerlo, pero no puede saberlo. Tú lo sabes; tú no puedes tenerlo.

Así que no digas nunca que «yo estoy hambriento». Di siempre por dentro: «Yo sé que mi cuerpo está hambriento». Pon el énfasis en que sabes. Entonces hay discernimiento. Te estás haciendo viejo; no digas nunca: «Yo me estoy haciendo viejo». Di simplemente: «Mi cuerpo se está haciendo viejo». Entonces, en el momento de la muerte sabrás también: «Yo no estoy muriendo; mi cuerpo está muriendo. Yo estoy cambiando de cuerpo, sólo cambiando de casa». Si este discernimiento se hace más profundo, un día, de pronto, sucederá la iluminación.

67 Recuerda que todo cambia.

Segundo sutra: *Éste es el ámbito del cambio, cambio, cambio. Mediante el cambio, consume el cambio.*

Lo primero que hay que comprender es que todo lo que conoces es cambio; a excepción de ti, el que conoce, todo es cambio. ¿Has visto algo que no sea cambio? Todo este mundo es un fenómeno de cambio. Incluso los Himalayas están cambiando. Dicen -los científicos que se ocupan de ellos- que están creciendo; estos Himalayas son los montes más jóvenes del mundo; en realidad, son como un niño; aún están creciendo, aún no se ha hecho maduros, no han alcanzado el punto en el que algo comienza a declinar. Todavía están elevándose.

Si los comparas con Vindhyaçal, otro monte, son sólo niños. Vindhyaçal es uno de los más viejos, y algunos dicen que es el monte más viejo del mundo. Es tan viejo que está disminuyendo, viniendo a menos. Ha estado disminuyendo durante siglos: muriendo, en la vejez. De modo que incluso el Himalaya, que parece tan estable, invariable, inmóvil, está cambiando. Es sólo un río de piedras. Las piedras son lo mismo; ellas también son como ríos, flotando. Comparativamente todo está cambiando. Algunas cosas parecen más cambiantes, algunas cosas parecen menos cambiantes, pero eso es sólo relativo.

Nada que puedas conocer es invariable. Recuerda lo que digo: nada que puedas conocer es invariable. Nada es invariable excepto el que conoce. Pero ese está siempre detrás. Siempre «conoce»; nunca es conocido realmente. Nunca puede volverse el

objeto; siempre es el sujeto. Independientemente de lo que hagas o conozcas, siempre está detrás. No puedes conocerlo. Cuando digo esto, no te turbes. Cuando digo que no puedes conocerlo, quiero decir que no puedes conocerlo como un objeto. Puedo mirarte, pero ¿cómo voy a mirarme a mí mismo de la misma manera? Es imposible, porque para tener una relación de conocimiento son necesarias dos cosas: el que conoce y lo conocido.

De manera que cuando te miro, tú eres lo conocido y yo soy el que conoce, y el conocimiento puede existir como puente. Pero ¿dónde hacer el puente, cuando me miro a mí mismo, cuando estoy tratando de conocerme a mí mismo? Estoy sólo yo, solo, totalmente solo. Falta la otra orilla, así que ¿dónde crear el puente? ¿Cómo conocerme a mí mismo?

De modo que el autoconocimiento es un proceso negativo. No puedes conocerte a ti mismo directamente; simplemente puedes *ir* eliminando objetos de conocimiento. Sigue eliminando objetos de conocimiento. Cuando no hay ningún objeto de conocimiento, cuando no puedes conocer nada, cuando no hay nada sino el vacío, la vacuidad -y esto es la meditación: eliminar todos los objetos de conocimiento-, entonces llega un momento en que hay consciencia, pero no hay nada de lo que ser consciente; hay conocimiento, pero no hay nada que conocer. La energía simple, pura del conocimiento permanece y no queda nada que pueda ser conocido. No hay ningún objeto.

En ese estado en que no hay nada que conocer, se dice que te conoces a ti mismo en cierto sentido. Pero ese *conocimiento* es totalmente diferente de cualquier otro conocimiento. Es engañoso usar la misma palabra para ambos. Ha habido místicos que han dicho que el autoconocimiento es contradictorio, que el término mismo es contradictorio. El conocimiento es siempre de lo otro; el conocimiento de uno mismo es imposible. Pero cuando no hay otro, sucede algo. Puedes llamarlo autoconocimiento, pero la palabra es engañosa.

Así es que todo lo que conoces es cambio. En todas partes, incluso estas paredes están cambiando constantemente. Ahora los físicos respaldan esto. Incluso la pared que parece tan fija, invariable, está cambiando a cada momento. Hay un gran flujo en marcha. Cada átomo se está moviendo, cada electrón se está

moviendo. Todo se está moviendo rápidamente, y el movimiento es tan rápido que no puedes detectarlo. Por eso la pared parece permanente. Por la mañana era así, por la tarde era así y mañana será así. La miras como si fuera la misma, pero no lo es. Tus ojos no son capaces de detectar un movimiento tan grande.

Hay un ventilador: Si el ventilador se mueve muy rápidamente, no podrás ver el espacio; parecerá un círculo. No se puede ver el espacio porque el movimiento es rápido, y si el movimiento es tan rápido, no verás en absoluto que el ventilador se está moviendo. No serás capaz de detectar el movimiento. El ventilador parecerá inmóvil; ni siquiera podrás tocarlo. Estará inmóvil, y tu mano ni siquiera podrá entrar en los espacios, porque tu mano no puede moverse tan rápidamente como para entrar en los intersticios. Antes de que entres, habrá llegado otra hoja del ventilador. Antes de que entres, habrá llegado otra hoja más. Tocarás siempre la hoja, y el movimiento será tan rápido que parecerá que el ventilador está inmóvil. Así es que las cosas que están inmóviles se están moviendo muy rápidamente: por eso hay la apariencia de que están estacionarias.

Este sutra dice que todo es cambio: *Éste es el ámbito del cambio...* Toda la filosofía de Buda se asienta sobre este sutra. Buda dice que todo es un flujo, cambiante, impermanente, y que uno debería saber esto. El énfasis de Buda recae muchísimo en este punto; todo su punto de vista se basa en esto. Él dice: «Cambio, cambio, cambio: recuerda esto continuamente». ¿Por qué? Si puedes recordar el cambio, sucederá el desapego. ¿Cómo vas a estar apegado cuando todo está cambiando?

Miras un rostro; es muy bello. Cuando miras un rostro que es muy bello, tienes la sensación de que esto va a permanecer. Compréndelo profundamente. Nunca esperes que esto vaya a permanecer. Pero si sabes que está cambiando rápidamente, y que es bello en este momento y puede que sea feo al siguiente, ¿cómo vas a sentir ningún apego? Es imposible. Mira un cuerpo: está vivo; al momento siguiente estará muerto. Todo es vano, si percibes el cambio.

Buda dejó su palacio, su familia -su bella esposa, su hijo-, y cuando alguien le preguntó por qué, dijo: «Donde no hay nada permanente, ¿de qué sirve? El niño morirá». Y el niño nació la noche que Buda se fue. Hacía sólo unas pocas horas que había

nacido. Buda fue a la habitación de su esposa para echar una última mirada. Su mujer estaba de espaldas a la puerta. Tenía en sus brazos al niño dormido. Buda quería despedirse, pero se resistió. Dijo: «¿De qué sirve?».

Hubo un momento en su mente en que un pensamiento relampagueó: «El niño sólo tiene un día, una pocas horas, y debo mirarlo.» Pero entonces dijo: «¿De qué sirve? Todo está cambiando. El niño ha nacido este día, y al día siguiente morirá. Y un día antes no estaba aquí. Ahora está aquí, y un día volverá a no estar. Así que ¿de qué sirve? Todo está cambiando». Se fue; volvió la espalda y se fue.

Cuando alguien le preguntó: «¿Por qué abandonaste todo eso?», él dijo: «Estoy en busca de lo que nunca cambia, porque si me apego a lo que cambia, habrá frustración. Si me aferro a lo que está cambiando, soy un estúpido, porque cambiará, no permanecerá igual. Entonces me sentiré frustrado. Así que estoy en busca de lo que nunca cambia. Si hay algo que nunca cambia, sólo entonces tiene algún valor y sentido la vida. De lo contrario, todo es vano». Él basó toda su enseñanza en el cambio.

Este sutra es bello. Este sutra dice: *Mediante el cambio, consume el cambio*. Buda nunca diría la segunda parte. La segunda parte es básicamente tántrica. Buda dirá que todo es cambio; percíbelo, y entonces no te aferrarás a ello. Y cuando no te aferras a ello, con el tiempo, dejando todo lo que cambia, caerás en ti mismo al centro en el que no hay cambio. Simplemente sigue eliminando el cambio, y llegarás a lo inmóvil, al centro: el centro de la rueda. Por eso Buda ha elegido la rueda como símbolo de su religión: porque la rueda se mueve, pero el centro sobre el que se mueve permanece inmóvil. De modo que el *sansara* -el mundo se mueve como una rueda. Tu personalidad se mueve como una rueda, y tu esencia más íntima sigue siendo el centro sobre el que se mueve la rueda. Permanece inmóvil.

Buda dirá que la vida es cambio. Estará de acuerdo con la primera parte. Lo siguiente –la segunda parte- es típicamente tántrico: *Mediante el cambio, consume el cambio*. El tantra dice que no dejes lo que está cambiando; entra en ello. No te aferres, pero entra. ¿Por qué tener miedo? Entra en ello, experimentalo. Deja que suceda, y entra en ello. Consúmelo mediante ello mismo. No tengas miedo, no te escapes. ¿Adónde escaparás?

¿Cómo vas a poder escapar? En todas partes hay cambio. El tantra dice que todas las partes son cambio. ¿Adónde escaparás? ¿Dónde puedes ir?

Dondequiera que vayas habrá cambio. Toda huida es inútil, así que no trates de escapar. ¿Qué hacer entonces? No te aferres. Vive el cambio, sé el cambio. No crees ninguna lucha con él. Muévete con él. El río está fluyendo; tú fluyes con él. Ni siquiera nades; deja que el río te lleve. No luches con él, no derroches tu energía luchando con él; simplemente, relájate. Déjate ir y muévete con el *río*.

¿Qué sucederá? Si puedes moverte con un río sin ningún conflicto, sin ninguna dirección propia, si la dirección del río es tu dirección, de pronto tomarás consciencia de que no eres el río. ¡Tomarás consciencia de que no eres el río! Percíbelo. Algún día pruébalo en un río. Ve allí, relájate, y deja que el río te lleve. No luches; vuélvete el río. De pronto percibirás que el río te rodea por todas partes, pero tú no eres el río.

Al luchar puede que olvides esto. Es por eso que el tantra dice: *Mediante el cambio, consume el cambio*. No luches. No hay necesidad, porque el cambio no puede entrar en ti. Así que no tengas miedo. Vive en el mundo. No tengas miedo, porque el mundo no puede entrar en ti. Vívelo. No elijas, este camino o ese.

Hay dos tipos de gente: uno se aferrará al mundo del cambio y el otro se escapará. Pero el tantra dice que es cambio, de modo que aferrarse es inútil, y escaparse, también. ¿De qué sirve? Buda dice: «¿De qué sirve permanecer en el mundo del cambio?». El tantra dice: «¿De qué sirve escapar de él?».

Ambas cosas son inútiles. Mejor, permite que suceda. No estás involucrado en ello. Está sucediendo; tú ni siquiera eres necesario para ello. No estabas y el mundo estaba cambiando, y no estarás y el mundo seguirá cambiando, así que ¿por qué hacer tanto aspaviento?

Consume el cambio mediante el cambio. Este es un mensaje muy profundo. Consume la ira mediante la ira, consume el sexo mediante el sexo, consume la avaricia mediante la avaricia, consume el *sansara* mediante el *sansara*. No luches con ello, mantente relajado, porque la lucha crea tensiones y la lucha crea ansiedad, angustia, y te alterarás innecesariamente. Deja que el mundo sea como es.

Hay dos tipos de personas. Un tipo es el de las personas que no puede dejar que el mundo sea como es. Se les llama revolucionarios. Lo cambiarán, lucharán por cambiarlo. Destruirán su propia vida cambiándolo, y ya está cambiando. Ellos no son necesarios, ellos tan sólo se consumirán a sí mismos. Se quemarán cambiando el mundo, y ya está cambiando. En realidad, no es necesaria ninguna revolución. El mundo es una revolución; está cambiando.

Puede que te preguntes por qué India no ha producido grandes revolucionarios. Es debido a esta percepción de que todo está ya cambiando.

¿Por que te estás perturbando para cambiarlo? Ni puedes cambiarlo, ni puedes detener el cambio.

Está cambiando. ¿Por qué extenuarte?

Un tipo de personalidad trata siempre de cambiar el mundo. A los ojos de la religión, es un neurótico. En realidad, tiene miedo de mirarse a sí mismo, de modo que sigue y se obsesiona con el mundo. Hay que cambiar el estado, hay que cambiar el gobierno, la sociedad, la estructura, la economía, hay que cambiarlo todo, y morirá, y nunca tendrá un momento de éxtasis en el que pudo saber quién era, y el mundo continuará y la rueda seguirá moviéndose. Ha visto a muchos revolucionarios, y sigue moviéndose. Ni puedes parar ni puedes acelerar el cambio.

Ésta es la actitud de un místico: los místicos dicen que no hay necesidad de cambiar el mundo. Pero hay también dos tipos de místicos. Uno dice que no es necesario cambiar el mundo, pero sí necesario cambiarse a uno mismo. Él también cree en cambiar: no en cambiar el mundo, sino a sí mismo.

Pero el tantra dice que no hay necesidad de cambiar a nadie: ni al mundo ni a ti mismo. Ese es el núcleo más profundo del misticismo. No necesitas cambiar el mundo y no necesitas cambiarte a ti mismo. Sólo tienes que saber que todo está cambiando y flotar en el cambio y relajarte en el cambio.

Y en el momento en que no hay ningún esfuerzo para producir ningún cambio, puedes relajarte totalmente; porque si hay esfuerzo no puedes relajarte. Entonces habrá tensión, porque en el futuro va a suceder algo valioso: el mundo va a cambiar. El mundo se va a volver comunista, o va a venir el paraíso terrenal, o alguna utopía en el futuro, vas a entrar en el reino de Dios, o en *moksha*.

En alguna parte del paraíso, los ángeles están esperando para darte la bienvenida..., pero «en alguna parte» es el futuro. Con esta actitud estarás tenso.

El tantra dice que lo olvides. El mundo ya está cambiando y tú también estás cambiando. El cambio es la existencia, así que no te preocupes por ello. Ya está sucediendo sin ti; tú no eres necesario. Simplemente flota en él sin ansiedad por el futuro, y de pronto, en medio del cambio tomarás consciencia de un centro dentro de ti que nunca cambia, que ha permanecido siempre como es: el mismo.

¿Por qué sucede esto? Porque si estás relajado entonces el fondo cambiante te proporciona el contraste, y por medio de él puedes percibir lo que no cambia. Si estás haciendo cualquier esfuerzo por cambiar el mundo o a ti mismo, no puedes mirar el pequeño centro inmóvil que hay dentro de ti. Estás tan obsesionado con el cambio que no eres capaz de mirar qué es la realidad.

El cambio está por todas partes. El cambio se vuelve el fondo, el contraste, y estás relajado. De modo que no hay futuro en tu mente: no hay pensamientos sobre el futuro. Estás aquí ahora; este momento es todo. Todo está cambiando, y de pronto tomas consciencia de un punto dentro de ti que nunca ha cambiado. *Mediante el cambio, consume el cambio.* Esto es lo que quiere decir *Mediante el cambio, consume el cambio.*

No luches. Mediante la muerte, vuélvete inmortal; mediante la muerte, deja que muera la muerte. No luches con ella. La actitud tántrica es difícil de concebir, porque nuestras mentes quieren hacer algo, y esto es un no-hacer. Es tan sólo relajarse, no hacer, pero esto es uno de los secretos más ocultos. Si puedes percibir esto, no necesitas preocuparte por nada más. Esta sola técnica te lo puede dar todo.

Entonces no necesitas nada, porque has llegado a conocer el secreto de que mediante el cambio, el cambio se puede consumir, y mediante la muerte, la muerte se puede consumir, y mediante el sexo, el sexo se puede consumir, y mediante la ira, la ira se puede consumir. Ahora has llegado a conocer el secreto de que mediante el veneno, el veneno se puede consumir.

Capítulo 44

Secretos de Amor y Liberación

Preguntas

¿Por qué el hombre moderno se ha vuelto incapaz de amar?

Para percibir el centro, ¿deben cesar los movimientos periféricos?

¿No es difícil disolver el cambio mediante el cambio sin ansiedad y decepción?

¿Cuál es la actitud del tantra con respecto a la moderna vida urbana de tensiones y agotamientos?

Primera pregunta:

En referencia a tu afirmación de que el tantra es una técnica de amor, por favor, explica por qué el hombre y la mujer modernos se han vuelto incapaces de amar.

El amor es espontáneo. No puede ser controlado. No puedes «hacer» el amor; no puedes hacer nada con respecto a él. Y cuanto más hagas, más te lo perderás. Tienes que dejar que suceda. Tú no eres necesario para ello. Tu presencia es el obstáculo. Cuanto más ausente estés, mejor. Cuando tú no estás, el amor sucede. Debido a su incapacidad de estar ausentes, el hombre y la mujer modernos se han vuelto incapaces de amar. Sólo son capaces de hacer cosas. Toda la mente moderna se basa en hacer. Cualquier cosa que pueda hacerse, el hombre moderno puede hacerla más eficientemente que cualquier hombre que haya existido. Cualquier cosa que puede hacerse, la hacemos más eficientemente. Somos el siglo más eficiente; lo hemos convertido todo en tecnología, en un problema de cómo «hacerlo». Hemos desarrollado una dimensión, que es la dimensión del hacer, pero al desarrollar esta dimensión hemos perdido mucho.

Al perder el ser, hemos aprendido a hacer cosas, de modo que lo que se puede hacer lo hacemos mejor que nadie, mejor que

ninguna sociedad que ha existido en la Tierra. Pero cuando llega la cuestión del amor, surge un problema, porque no podemos amar. Y esto no es así sólo con el amor; nos hemos vuelto incapaces de todo lo que no puede hacerse.

Por ejemplo, la meditación: nos hemos vuelto incapaces de ella; no puede hacerse. O el juego: nos hemos vuelto incapaces de él; no puede hacerse. O la alegría, la felicidad: nos hemos vuelto incapaces de ellas porque no se pueden hacer. No son actos; no puedes manipularlos. Por el contrario, tienes que dejarte ir. Entonces te sucede la alegría, entonces llega a ti la felicidad, entonces entra en ti el amor, entonces el amor toma posesión de ti. Y debido a esta posesión, nos hemos asustado.

El hombre moderno, la mente moderna, quiere poseerlo todo y no ser poseída por nada. El hombre moderno quiere ser el amo de todo, y sólo se puede ser el amo de cosas, no de sucesos. Puedes ser el amo de una casa, puedes ser el amo de un aparato mecánico; no puedes ser el amo de nada que esté vivo. La vida no puede ser dominada; no puedes poseerla. Por el contrario, tienes que ser poseído por ella. Sólo entonces hay contacto con ella.

El amor es vida, y es más grande que tú. No puedes poseerlo. Quisiera repetirlo: el amor es más grande que tú; no puedes poseerlo. Sólo puedes dejarte ser poseído por él; no puede ser controlado. El ego moderno quiere controlarlo todo, y te asustas de lo que no puedes controlar. Te atemorizas, cierras la puerta. Cierras completamente esa dimensión porque surge el miedo. No tendrás el control. Con el amor no puedes tener el control, y toda la tendencia que ha conducido a este siglo fue la de controlar. Por todo el mundo, y especialmente en Occidente, la tendencia es aprender a controlar la naturaleza, controlarlo todo, controlar las energías.

El hombre debe hacerse el amo; y te has vuelto el amo; por supuesto, sólo de las cosas que es posible poseer, y paralelamente has estado desarrollando una incapacidad para las cosas que no pueden ser poseídas. Puedes poseer dinero; no puedes poseer amor. Y debido a esto hemos estado convirtiéndolo todo en una cosa. Sigues incluso convirtiendo a las personas en cosas, porque entonces puedes poseerlas. Si amas a una persona, no eres el amo; nadie es el amo. Dos personas se aman mu-

tuamente, y ninguna es el amo, ni el amante ni la amada. Más bien, el amor es el amo y ambos son poseídos por una fuerza más grande que ellos mismos, abarcados por una fuerza más grande: un ciclón. Si intentan poseerse el uno al otro, errarán. Entonces pueden poseerse el uno al otro. Entonces el amante se convertirá en el marido y la amada se convertirá en la esposa. Entonces pueden poseer, pero un marido es una cosa y una esposa es una cosa. No son personas. Puedes poseerlos. Son entidades muertas, etiquetas legales: no están vivos.

Seguimos convirtiendo a las personas en cosas sólo para poseerlas, y entonces nos sentimos frustrados: porque queremos poseer a la persona y la persona no puede ser poseída. Cuando posees a una persona, ya no es una persona; es una cosa muerta, y no puedes satisfacerte con una cosa muerta. Observa esta contradicción: sólo puedes satisfacerte con personas, nunca con cosas, pero tu mente desea posesiones..., de modo que las conviertes en cosas. Entonces no puedes estar satisfecho. Entonces se afianza la frustración.

La posesividad, la actitud de poseer, ha matado la capacidad de amar. No pienses desde el punto de vista de la posesión. Más bien, piensa desde el punto de vista de ser poseído. Eso es lo que significa la entrega: ser poseído, dejarte ser poseído por algo más grande que tú. Entonces no tendrás el control. Entonces una fuerza más grande se apropiará de ti. Entonces la dirección no será tuya. Entonces no puedes elegir el objetivo. Entonces el futuro es desconocido; ya no puedes estar seguro. Moviéndote con una fuerza más grande que tú, estás inseguro, asustado.

Si estás asustado e inseguro, es mejor no moverse con grandes fuerzas. Simplemente opero con fuerzas más bajas que tú; entonces puedes tener el control, y puedes decidir el objetivo de antemano. Entonces alcanzarás el objetivo, pero no sacarás nada con ello. Simplemente habrás malgastado tu vida.

El secreto del amor y el secreto de la oración, el secreto de cualquier cosa que puede colmarto es la entrega: la capacidad de ser poseído. El problema con el amor existe porque esta capacidad no está presente. Hay también otras razones, pero ésta es la base. La primera razón es poner demasiado énfasis en el intelecto, la razón. De modo que el hombre está desequilibrado. Tu cabeza ha crecido y tu corazón ha quedado absolutamente

desatendido. Y el amor no es una capacidad del intelecto. Tiene un centro diferente; tiene un foco, una fuente diferente. Está en tu corazón, está en tu capacidad de sentir; no es un razonamiento. Pero toda la educación moderna consiste en raciocinio, lógica, intelecto, mente. Del corazón ni siquiera se habla. En realidad, se niega; es sólo una ficción poética.

¡No lo es! ¡Es una realidad! Considéralo de esta manera: si un niño es educado desde el principio sin ningún adiestramiento de la mente o el raciocinio, sin ningún adiestramiento intelectual, ¿tendrá un intelecto? ¡No puede!

Se han dado casos semejantes. Algo ha sucedido y los lobos han criado un niño humano. Hace sólo diez años, se encontró a un niño en un bosque. Lo habían criado los lobos. Tenía catorce años. Ni siquiera podía sostenerse sobre las dos piernas; corría a cuatro patas. No podía decir ni una palabra; bramaba como un lobo. Era un lobo en todos los aspectos, y tenía catorce años. Los que lo encontraron lo llamaron Ram. Al niño le costó seis meses aprender el nombre. Murió en menos de un año; y los psicólogos que trabajaban con él sospechan que murió debido a un esfuerzo excesivo del intelecto. Este forzamiento, este adiestramiento para hacer que se sostuviera con las dos piernas, este adiestramiento de la memoria para hacer que recordara el nombre, el esfuerzo por volverle un ser humano, le mató.

Era robusto de salud cuando lo encontraron: más sano que lo que está nunca ningún ser humano. Era como un animal. Pero este adiestramiento le mató. Se hicieron todos los esfuerzos para que si le preguntabas «¿Cómo te llamas?», fuera capaz de decir «Ram». Éste era todo su intelecto. Después de seis meses de adiestramiento -castigo- constante, creando un afán de lucro en él, la única prueba que el niño podía dar de su intelecto era esto: era capaz de decir «Ram». ¿Qué sucedió? Si alguien de Marte se hubiera apoderado de este niño, pensaría que la humanidad no tiene mente, intelecto, razón.

Lo mismo le ha sucedido al corazón. Sin adiestramiento es como si no existiera. Ha sido completamente desatendido, de modo que toda tu energía vital ha sido forzada hacia la cabeza, no hacia el corazón, y el amor es una función del centro del corazón. Por eso el hombre moderno se ha vuelto incapaz de amar: el hombre moderno se ha vuelto incapaz del corazón. Él calcula, y el

amor no es un cálculo. Sabe aritmética, y el amor no es aritmética. Piensa en función de la lógica, y el amor es ilógico. Intenta siempre racionalizarlo todo. Al margen de lo que esté haciendo, la razón debe sustentarlo, y el amor no es sustentado por la razón.

En realidad, cuando te enamoras desechas completamente tu razón. Por eso se dice que el hombre «sucumbe», «cae» en el amor. ¿De dónde cae? Cae de la cabeza al corazón. Usamos este término de condena: «sucumbir al amor», «caer en el amor», porque la cabeza, la razón, no puede contemplarlo sin condenarlo. Es una caída.

¿Es el amor realmente una caída o un ascenso? ¿Te vuelves más con él o te vuelves menos? ¿Te expandes o te contraes? ¡Con el amor te vuelves más! Tienes más consciencia, tienes más percepción, tienes más sensación, tienes más sensibilidad. Estás más vivo, pero una cosa es menos: hay menos raciocinio. No puedes analizarlo por lógica; es ciego. Por lo que concierne a la razón, es ciego. El corazón tiene su propia razón -eso es otra cosa-, y el corazón tiene ojos propios, pero eso es otra cosa. Los ojos de la razón no están ahí, de modo que la razón dice que es una caída; has caído.

A no ser que el centro del corazón empiece a funcionar de nuevo, el hombre no será capaz de amar, y toda la desdicha de la vida moderna se debe a que, a menos que ame, no puede encontrar ningún sentido en su vida. La vida parece carecer de sentido. El amor le da sentido; el amor es el único sentido. A no ser que seas capaz de amar, no tendrás sentido, y sentirás que estás existiendo sin ningún sentido, en vano, y el suicidio se volverá atractivo. Entonces querrás matarte a ti mismo, acabar contigo, terminar, porque ¿de qué sirve existir?

Existir meramente no puede ser tolerado. La existencia debe tener un sentido; de lo contrario, ¿de qué sirve? ¿Por qué seguir prolongándote innecesariamente? ¿Para qué seguir repitiendo la misma pauta todos los días? Levantarte y hacer lo mismo, y volver a dormirte y al día siguiente la misma pauta: ¿para qué?

Lo has hecho hasta ahora, y ¿qué ha sucedido? y lo harás a menos que llegue la muerte y te *libre* de tu cuerpo. Así que ¿de qué sirve? El amor da sentido. No es que mediante el amor se produzca algún resultado o algún objetivo, ¡no! Mediante el amor,

cada momento se vuelve valioso en sí mismo. Entonces nunca preguntas esto. Si alguien pregunta cuál es el sentido de la vida, ten muy claro que no tiene amor. Siempre que alguien pregunta cuál es el sentido de la vida, lo está preguntando porque no ha podido florecer en una experiencia de amor. Cuando alguien está enamorado, nunca pregunta cuál es el sentido de la vida. Conoce el sentido; no hay necesidad de preguntar. ¡Conoce el sentido! Ahí está el sentido: el amor es el sentido de la vida.

Y mediante el amor es posible la oración, porque la oración es también una relación de amor; no entre dos individuos, sino entre un individuo y la existencia misma. Entonces toda la existencia se vuelve tu amada o amante. Pero sólo mediante la experiencia del amor es posible que alcances la oración o la meditación, y el éxtasis supremo es como el amor. Por eso dice Jesús que «Dios es amor», no que «Dios ama».

Los cristianos han estado interpretándolo de esta forma: que Dios es bondadoso, amoroso. Ese no es el significado. Jesús dice que Dios es amor. Simplemente equipara a Dios con el amor. Puedes decir «amor» o puedes decir «Dios»; ambas cosas significan lo mismo. Dios no ama; Dios es el amor mismo. Si puedes amar, has entrado en lo divino. Y cuando tu amor crece hasta una infinitud tal que no tiene que ver con nadie en particular -más bien, se ha convertido en un fenómeno difuso; cuando no hay amante para ti, más bien, toda la existencia, todo lo que existe, se ha vuelto el amante o amado-, entonces se ha convertido en oración.

Y el tantra es un método de amor. Así que lo primero es cómo amar, y lo segundo es cómo acrecentar el amor para que el amor se convierta en oración. Pero hay que empezar con el amor. Y no le tengas miedo al amor, porque el miedo revela que le tienes miedo al corazón. La cabeza es astuta; el corazón es inocente. Con la cabeza te sientes protegido; con el corazón te vuelves vulnerable, abierto. Puede suceder cualquier cosa.

Por eso nos hemos cerrado. Hay miedo: si eres vulnerable, te puede suceder cualquier cosa; alguien puede engañarte. Con la mente, nadie puede engañarte; tú puedes engañar a los demás. Pero yo te digo que estés dispuesto a ser engañado, pero no cierres el corazón. ¡Estate dispuesto a que te engañen, pero no cierres el corazón! Esa vulnerabilidad a ser engañado tiene valor,

porque no perderás nada con ella. Y si estás dispuesto a ser engañado infinitamente, sólo entonces puedes creer en el corazón. Si eres calculador, astuto, listo, demasiado listo, entonces te perderás el corazón. Y el hombre moderno es tan educado, tan sofisticado, tan listo..., que se ha vuelto incapaz de amar.

Las mujeres no eran así, pero están siguiendo rápidamente al hombre moderno, están copiando rápidamente al hombre moderno. Tarde o temprano, se volverán igual que el hombre, o puede incluso que le sobrepasen. Ahora ellas también se están volviendo incapaces porque ahora está presente la misma tendencia a la cabeza, el mismo esfuerzo por ser astutas y listas. Pueden formar un «Movimiento de Liberación de la Mujer» o cualquier cosa por el estilo, pero eso no se centra en el corazón. Es tan sólo una copia de la misma estupidez que el hombre ha estado haciendo consigo mismo. Puedes ir al otro extremo, pero si reaccionas, incluso en tu reacción estás siguiendo.

Hay una gran crisis. Es difícil ahora evitar que las mujeres de todo el mundo copien al hombre y su tontería, porque el hombre parece tener mucho éxito. Tiene éxito en cierto sentido; se ha hecho el amo de las cosas. Ahora posee el mundo entero. Ahora le parece que ha conquistado la naturaleza, y «el triunfo triunfa; nada triunfa como el triunfo».

Ahora las mujeres consideran que el hombre ha triunfado y se ha hecho el amo, así que deben copiarle. Pero observa también aquello en lo que el hombre ha fracasado completamente. Ha perdido el corazón; no puede amar. La razón sola no es suficiente, y la razón en posición de mando es peligrosa. El corazón debe estar por encima de la razón, porque la razón es sólo un instrumento y el corazón eres tú. Al corazón hay que permitirle que use la razón, no a la inversa. Pero eso es lo que has estado haciendo. A la cabeza se le permite dominar; en su dominación, la cabeza ha matado al corazón.

Y, en tercer lugar, hay que recordar una cosa más en lo tocante a por qué el hombre moderno se ha vuelto incapaz de amar. El amor es básicamente un tipo de locura, un tipo de participación profunda con la naturaleza, un tipo de disolución del ego. Es primario. Naces del amor; cada una de las células de tu cuerpo es una célula de amor. Tu energía misma, tu energía vital,

es una energía de amor: Existes en ella, pero no hay ego en esa energía. No puedes percibir el «Yo». Esa energía es inconsciente, y cuando entras en el amor, *tú* te vuelves inconsciente. Sólo un fragmento de tu mente es consciente, y en ese fragmento de la mente existe el ego.

La mente tiene tres capas. Primero está el inconsciente: cuando estás profundamente dormido sin sueños, estás en él. El niño en el útero de su madre es absolutamente inconsciente, es tan sólo parte de la madre. El niño no es consciente de que «estoy separado»; simplemente forma parte de la madre. No hay separación, no hay existencia definida. Está indiferenciado de la madre y de la existencia misma. No hay miedo, porque el miedo sólo surge cuando tomas consciencia de ti mismo. El niño está totalmente a gusto; es inconsciente.

Y la segunda capa es la de la consciencia. Es un fragmento muy pequeño. Una décima parte del inconsciente se ha vuelto consciente en ti mediante el adiestramiento, la educación, la sociedad, la familia. Era necesario para la supervivencia, de modo que una parte de ti se ha vuelto consciente. Pero esa parte también se cansa muy pronto; por eso necesitas dormir. Al dormir vuelves a ser el niño en el útero. Has retrocedido; ya no está el consciente. Se ha hecho parte del inconsciente. Por eso dormir es tan refrescante. Por la mañana te sientes vivo de nuevo, renovado, porque has vuelto al útero de la madre.

Puede que no hayas observado esto... Observa a alguien que esté profundamente dormido. Más o menos, estará en la misma postura en que estaba en el útero de su madre. Y si puedes estar en la postura adecuada, te dormirás más fácilmente. Si notas cualquier dificultad para dormirte, siente el útero de tu madre, como si estuvieras en él. Imagínatelo, y adopta la postura en la que habrías estado en el útero de tu madre. En esa postura te dormirás profundamente. Necesitas la misma calidez; de lo contrario se perturbará tu dormir. Necesitas la misma calidez que había en el útero de tu madre.

Por eso es buena la leche caliente. Si bebes un poco de leche caliente antes de irte a dormir, eso será bueno, porque eso te hace de nuevo un niño. La leche es comida de niños, y si está caliente estás de nuevo en el pecho de tu madre. La leche caliente es buena para dormir sólo por esta razón: retrocedes a la

infancia, vuelves a ser un niño. Dormir te renueva. ¿Por qué? Porque la mente consciente se cansa. Es sólo una parte, y el todo es inconsciente. Tiene que volver al todo para revivificarse. Vuelve a resucitar. Por eso por la mañana te sientes bien y la mañana parece tan bonita: no sólo porque la mañana es bonita, sino porque tienes de nuevo los ojos de un niño. La tarde no es tan bonita. El mundo es el mismo, pero tú has vuelto a perder esos ojos inocentes. Y la noche se vuelve fea porque estás cansado.

Has vivido demasiado en el consciente. Este consciente tiene al ego como centro. Éstos son los dos estados ordinarios que conocemos. El tercer estado, que es del que se ocupan el tantra y el yoga, es el supraconsciente. «Supraconsciente» significa que todo tu inconsciente se ha vuelto consciente. En el inconsciente no hay ego; eres total. En el supraconsciente, tampoco hay ego; eres total. Pero entre los dos, la mente consciente tiene un centro: el ego.

Este ego es el problema, este ego crea problemas. No puedes enamorarte, porque entonces tendrás que volverte inconsciente, tan inconsciente como cuando estás dormido. O si quieres elevarte a la oración, tienes que volverte totalmente consciente, como un Buda o como una Meera. De modo que el amor se vuelve imposible, la oración se vuelve imposible.

El ego crea la barrera. No puedes perderte a ti mismo, y el amor es perderse, dispersarse, disolverse, fundirse. Si te fundes en el inconsciente, es amor; si te fundes en el supraconsciente, es oración; pero ambas cosas son una fusión. Así que, ¿qué hay que hacer? Recuerda esto: no puedes hacer nada al respecto. Permite que se perciba muy hondamente: no puedes hacer nada respecto al amor, respecto a la oración. Tu mente consciente es impotente; no puede hacer nada. Tiene que perderse, hay que ponerla de lado. Y entonces recuerda la entrega: cuando quieras ir más allá de ti mismo, la entrega es el camino, tanto en el amor como en la oración.

Siempre que anheles ir más allá, a alguna parte en la que no estás, entonces la entrega, el dejarse ir, es el camino. Deja que te suceda algo; no manipules. Y una vez que sepas cómo permitir, empezarán a suceder muchas cosas. Puede que ni siquiera seas consciente de lo que es posible para ti, de la gran, tremenda,

energía que has cerrado dentro de ti y que puede explotar y volverse entonces un éxtasis. Tu vida entera se llenará de consciencia, luz y dicha, pero no lo sabes. Es como si todo átomo fuera una bomba atómica: si explota un átomo, se libera una energía tremenda. Y todo átomo es una bomba atómica. Si explota en amor u oración, se libera una energía tremenda.

Pero tienes que explotar y perderte a ti mismo. La semilla tiene que perderse a sí misma; sólo entonces nace el árbol. Y si la semilla se resiste y dice: «No, debo sobrevivir», entonces la semilla puede sobrevivir, pero el árbol nunca nacerá. Y a no ser que nazca el árbol, la semilla se sentirá frustrada, porque el árbol es el sentido. ¡La semilla se sentirá frustrada!. La semilla sólo puede sentirse colmada cuando el árbol está floreciendo. Pero entonces la semilla tiene que perder a sí misma, morir.

El hombre moderno se ha vuelto incapaz de amar porque se ha vuelto incapaz de morir. No puede morir a nada. Se aferra a la vida; no puede morir a nada.

En inglés antiguo, hace trescientos o cuatro cientos años, ésta era una expresión usual. El amante le decía a la amada: «Quiero morir en ti. Ésta era una expresión de amor. ¡Es hermosa «Quiero morir en ti». El amor es una muerte: muerte del ego. *Sólo* entonces nace tu ser real, el hombre moderno le tiene muchísimo miedo a la muerte. En todos los aspectos, la entrega es muerte, el amor es muerte, y también la vida es una muerte continua. Si tienes miedo, te perderás la vida misma.

Estate dispuesto a morir en cualquier momento. Muere al pasado, muere al futuro, y muere en el momento presente. No te aferres y no te resistas. No hagas ningún esfuerzo por la vida, y tendrás vida abundante. La vida te sucederá si estás dispuesto a morir. Esto parece paradójico, pero ésta es la Ley. Jesús dice que quien esté dispuesto a perder ganará, y quien se aferre, lo perderá todo.

Segunda pregunta:

Dijiste la otra noche que la periferia siempre está cambiando, mientras que el centro más íntimo está eternamente inmóvil. Para percibir el centro, ¿es necesario que cese el movimiento periférico? ¿Puede suceder esto? ¿Cómo y cuándo?

No lo has entendido. Toda la cuestión era no hacer ningún esfuerzo para cambiar la periferia. Deja que la periferia sea como es. Y no puedes cambiarla. Es la naturaleza de la periferia moverse y cambiar. No puedes volverla estática. La naturaleza es un flujo. Es así; no puedes volverla estática. Y no pierdas el tiempo y la oportunidad de la vida tratando de volverla estática. Conócela como cambio. Sé testigo de ella, y llegarás a percibir el centro más íntimo que no es cambio. El mundo es cambio, tu personalidad es cambio, tu cuerpo-mente es cambio, pero tú no; tú no eres el cambio. ¿De qué sirve luchar con el cambio? ¡No hay necesidad!

El tantra dice que, por favor, te reinstales en tu centro, que seas consciente del centro que está inmóvil, y permitas que la existencia entera se mueva. No es una perturbación en absoluto. Sólo se vuelve una perturbación si te aferras a ella o si tratas de hacer que sea inmóvil. Entonces estás cayendo en esfuerzos absurdos, tontos. No tendrán éxito; fracasarás. Ten muy claro que la vida es un cambio, pero en alguna parte dentro de este cambio hay también un centro inmóvil. Simplemente toma consciencia de él. Esa consciencia misma es suficiente para liberarte. Esa sensación misma de que «soy invariable» libera. Ésa es la verdad. La conoces, y eres diferente.

¡No luches con sombras! Y la vida entera es una sombra, porque el cambio no es más que una sombra. Lo que es invariable es lo real; lo cambiante es lo irreal. Así que no preguntes si el cambio y movimiento periférico debe ser forzado a cesar para percibir el centro. *No* es necesario, y no puedes forzarlo. ¡No puede cesar! El mundo sigue; sólo que no seguirá en ti. Tú puedes permanecer en el mundo, y no es necesario que el mundo esté en ti. El mundo no es la perturbación. Cuando te involucras en él, cuando te vuelves el cambio, cuando te parece que te has vuelto el cambio, entonces crea problemas.

Los problemas no los crea la periferia cambiante. Los crea la identificación de que «yo soy este cambio». Te has puesto enfermo; la enfermedad no es realmente la perturbación. Cuando sientes que «Yo me he puesto enfermo», eso es una perturbación. Si puedes ser un testigo de esa enfermedad, si puedes sentir que esa enfermedad está sucediendo en alguna parte de la periferia

-que no te está sucediendo a ti; le está sucediendo a otro y tú eres sólo el testigo- entonces puede suceder también la muerte y tú serás sólo un testigo.

Alejandro estaba volviendo de India. Algunos amigos le habían pedido que, al volver, trajera un sannyasin de India. Dijeron: «Cuando vengas con posesiones conquistadas, no te olvides: trae también un sannyasin. Queremos ver qué es un sannyasin: qué tipo de hombre renuncia al mundo. Queremos saber qué le sucede a alguien que ha renunciado a todos sus deseos, qué tipo de dicha le acontece a alguien que abandona todo deseo, sed o anhelo de futuro, de posesiones y cosas».

Justo en el último momento, Alejandro se acordó. En la última ciudad por la que iba a dejar India para volver a su país, les dijo a sus soldados que fueran a encontrar un sannyasin. Fueron a la ciudad, y le preguntaron a un anciano de la ciudad. Él dijo: «Sí, hay un sannyasin, un gran sannyasin, pero será difícil. Será difícil persuadirle para que vaya con Alejandro a Atenas».

Pero los soldados eran soldados, así que dijeron: «No te preocupes por eso. Podemos obligar a cualquiera. Dinos dónde está. Sabemos cómo obligarle, así que no hay necesidad de persuadir. Si Alejandro le dice incluso a la ciudad entera que le siga, tendréis que seguirle, así que ¿qué es un solo sannyasin?».

Pero el anciano se rió, y los soldados no lo entendieron, porque nunca se habían topado con un sannyasin. Llegaron al sannyasin. Estaba desnudo a la orilla de un río, y le dijeron: «Alejandro ordena que tienes que venir con nosotros. Nos ocuparemos de todo, y no habrá ninguna molestia para ti; serás el huésped real. Pero tienes que venir con nosotros a Atenas».

El sannyasin se rió y dijo: «A vuestro Alejandro le resultará muy difícil llevarme con él. Ninguna fuerza de este mundo puede forzarme a seguirle. No seréis capaces de comprenderlo, pero es mejor que traigáis a vuestro Alejandro».

Alejandro estaba molesto. Se sintió insultado, pero quiso ver a este hombre. Llegó con la espada desenvainada y dijo: «Si dices que no, perderás la vida inmediatamente. Te cortaré la cabeza». El sannyasin se llamaba -según se relata en los archivos de Alejandro- Dandamesh.

El sannyasin se rió y dijo: «Llegas un poco tarde. Ya no puedes matarme porque ya me he matado yo. Llegas un poco

tarde. Me puedes cortar la cabeza, pero no puedes cortarme a mí, porque me he vuelto un testigo. Así que cuando esta cabeza caiga al suelo, tú la verás caer y yo también la veré caer. Pero no puedes cortarme a mí; ni siquiera puedes tocarme. Así que no pierdas el tiempo, ¡puedes cortar! Eleva la espada y córtame la cabeza».

Alejandro no pudo matar a ese hombre. Era imposible porque era inútil. Ese hombre estaba tan más allá de la muerte que era imposible matarle. Sólo te pueden matar si te aferras a la vida. Ese aferrarse a la pauta cambiante te hace mortal. Si no te aferras, eres como siempre has sido: inmortal. La inmortalidad es tu derecho de nacimiento; siempre la has tenido. Te vuelves mortal sólo si te aferras. De modo que no es cuestión; no hay necesidad de forzar a la periferia cambiante a que sea estática. No hay necesidad, y *no puedes* hacerla estática. Seguirá, la rueda seguirá. Lo único que puedes hacer es saber que no eres la rueda. Eres el eje, no la rueda.

Tercera pregunta:

Siendo el hombre como es, ¿no le resultará difícil disolver el cambio mediante el cambio, el sexo mediante el sexo, etc., sin apegos y sus consiguientes ansiedad y decepción?

El hombre tal como es *puede* hacer esto, y esto se sugiere *sólo* para el hombre tal como es. El tantra es una medicina para *vosotros*: para los que estáis enfermos. Así que no pienses que no es para ti. Es para ti y puedes hacerlo, pero tendrás que comprender lo que significa cuando dices que existe posibilidad de caer en apegos, y que entonces vendrán las consecuencias y la frustración. No ha comprendido. «Consume el cambio mediante cambio» significa que, incluso si hay apego, luches con él. Estate apegado, pero sé también testigo.

Deja que exista el apego; no luches con él, el tantra es un proceso sin lucha. ¡No luches! Vence la frustración, por supuesto, así que estate frustrado. Pero sé también un testigo. Estabas apegado eras un testigo. Ahora ha llegado la frustración, sabes muy bien que tenía que llegar. Ahora estás frustrado, pero sé un testigo. Entonces, mediante el apego, se consume el apego, y

mediante la frustración, se consume la frustración.

Prueba esto cuando te sientas desdichado. Sé desdichado; no luches con ello. Prueba esto, es estupendo. Cuando haya desdicha y te sientas desdichado, cierra los ojos y sé desdichado. ¿Qué puedes hacer ahora? Eres desdichado, así que sé desdichado. Ahora sé totalmente desdichado. Tan pronto tomarás consciencia de la desdicha. Y si intentas cambiarla, nunca tomarás consciencia, porque tu esfuerzo, tu energía, tu consciencia, están dirigidos hacia el cambio, hacia cómo cambiar esta desdicha. Entonces empiezas a pensar cómo llegó, y qué hacer ahora para cambiarla. Entonces te estás perdiendo una experiencia muy hermosa: la desdicha misma.

Ahora estás pensando en las causas y estás pensando en las consecuencias y estás pensando en, el método para olvidarla, para trascenderla, y te estás perdiendo la desdicha misma, y la desdicha está ahí y eso puede ser liberador. No hagas nada. No analices cómo apareció la desdicha; no pienses en qué consecuencias vendrán. Vendrán, así que ya las verás luego. No hay prisa. Sé desdichado, simplemente desdichado, y no trates de cambiarlo.

Prueba esto: ve cuántos minutos puedes permanecer desdichado. Empezarás a reírte de todo ello, todo el asunto te parecerá estúpido, porque si eres totalmente desdichado, de pronto tu centro está más allá de la desdicha. Ese centro nunca puede ser desdichado, ¡eso es imposible! Si permaneces con la desdicha, la desdicha se vuelve el fondo, y tu centro, que nunca puede ser desdichado, se sobrepone de pronto, y entonces eres desdichado y no eres desdichado: el «mismo no-mismo». Ahora estás consumiendo la desdicha mediante la desdicha. Esto es lo que se quiere decir. No estás haciendo nada; simplemente estás consumiendo la desdicha mediante la desdicha. La desdicha desaparecerá como desaparecen las nubes, y el cielo se abrirá y te estarás riendo, y no has hecho nada. Y no puedes hacer nada; todo lo que puedas hacer creará más confusión y más desdicha.

¿Quién ha creado esta desdicha? Tú, y ahora estás intentando cambiarla. Empeorará. Tú eres el creador de la desdicha. Tú la has creado, tú eres la fuente, y ahora la fuente misma lo está intentando. ¿Qué puedes hacer? Ahora el paciente se está tratando a sí mismo, y él ha creado todo el asunto. Ahora está

pensando en la cirugía. Esto es suicida. No hagas nada. El interior es muy profundo. Has intentado tantas veces parar la desdicha, parar la depresión, parar esto y aquello y no ha pasado nada. Ahora prueba esto: no hagas nada; deja que la desdicha esté ahí en su totalidad: Deja que suceda en toda su intensidad, y permanece sin hacer nada.

Simplemente estate con ella y ve lo que sucede.

La vida es cambio. Incluso los Himalayas están cambiando, de modo que tu desdicha no puede ser invariable. Cambiará por sí sola, y verás que está cambiando: que está desapareciendo y se está yendo, y te sentirás aliviado, y no has hecho nada.

Una vez que conoces el secreto, puedes consumir cualquier cosa mediante ella misma, pero el secreto es estar silenciosamente sin hacer nada. Hay ira, así que sé, simplemente sé. No hagas nada. Si puedes hacer todo esto, este no-hacer, si simplemente puedes estar ahí -presente, presenciando, pero sin hacer ningún esfuerzo por cambiar nada, permitiendo que las cosas sigan su propio camino-, consumirás cualquier cosa. *Puedes consumir cualquier cosa.*

Última pregunta:

El tantra dice que no luches o nades, sino que te dejes llevar y flotes en el río de la vida. Pero la experiencia muestra que la moderna vida urbana de velocidad y tecnología pesada crea tensiones constantes y agotamientos físicos y mentales. ¿Cuál será la actitud del tantra con respecto a esto? ¿No es bueno evitar los agotamientos innecesarios?

La vida siempre ha sido así, moderna o primitiva. Hay tensiones, hay ansiedades. Los objetos cambian, pero el *hombre* sigue siendo el mismo. Hace dos mil años conducías un carro de bueyes, ahora conduces un coche, pero el conductor sigue siendo el mismo. El carro de bueyes ha cambiado -las cosas son diferentes ahora, estás conduciendo un coche-, pero el conductor permanece igual. Estaba ansioso por su carro, tenso por su carro; ahora estás ansioso y tenso por tu coche. Los objetos cambian, pero la mente sigue igual.

Así que no pienses que tienes tanta ansiedad debido a la vida

moderna. Es debido a ti, no a la vida moderna, y estarás ansioso en cualquier parte, en cualquier tipo de civilización. Vete a un pueblo a pasar unos días -dos o tres días- y te sentirás bien por algún tiempo, porque incluso las enfermedades necesitan un reajuste. Pero en tres días te habrás adaptado al pueblo, y entonces empezarán a llegar las ansiedades, sentirás otra vez perturbaciones. Las causas ya no serán las mismas, pero tú eres el mismo.

A veces sucede que puede que estés alterado debido al tráfico y al ruido de la ciudad, y puede que digas que no puedes dormir por la noche porque hay tanto tráfico y ruido. Entonces vete a un pueblo, y no podrás dormir porque no hay tráfico ni ruido. Tendrás que volver porque el pueblo te parece muerto, soso: porque no hay vida.

La gente sigue hablándome de semejantes sensaciones. Le dije a un amigo que fuera a Cachemira, a Pahalgam. Volvió y dijo que allí la vida es insulsa, que no hay vida. Puedes disfrutar uno o dos días los valles y los montes, y luego uno se aburre. Había estado diciéndome aquí que la vida urbana le ponía de los nervios, y ahora decía que esos montes eran aburridos y que empezó a desear volver a casa.

Tú eres el problema; Cachemira no ayudará en absoluto. No es Bombay lo que te perturba, o Londres o Nueva York; ieres *tú!* Y no es que Londres te haya creado: tú has creado Londres. No es el tráfico y el ruido y la prisa loca: tú has creado eso; tú y otros como tú. ¡Mira! La causa está dentro de ti. No es que estés tenso debido al ruido. Hay ruido porque estás tenso, y no puedes vivir sin él. Por eso existe. Lo necesitas, no puedes vivir sin él. Y en los pueblos la gente está sufriendo. Quieren ir a Bombay o a Nueva York o a Londres, y en el momento en que tienen la oportunidad, salen corriendo. Y he estado escuchando a gente que sigue hablando de la hermosa vida del campo, pero nunca se van a vivir allí. *Nunca* se van a vivir allí; simplemente hablan de ello.

¿Quién te lo impide? ¿Por qué no vas? Vete al bosque... ¿Quién te lo impide? No te gustará, no puede gustarte. Ahora mismo te gustará durante unos pocos días porque es un cambio, ¿y luego? Luego te aburrirás. Te parecerá soso, y querrás escapar de allí.

Esta vida urbana la ha creado tu mente loca. No te estás

volviendo loco debido a estas ciudades; estas ciudades se han construido debido a tu mente loca. Han sido construidas para ti y por ti, y existen para ti. Y a no ser que esta mente loca cambie, estas ciudades no pueden desaparecer; tendrán que permanecer. Son tu subproducto.

Recuerda una cosa: siempre que te parezca que algo está mal, primero encuentra la causa en ti mismo. No vayas a ninguna parte. Noventa y nueve veces de cada cien, encontrarás la causa dentro de ti mismo. Y si encuentras la causa dentro de ti noventa y nueve veces de cada cien, la centésima causa desaparecerá por sí sola.

Tú eres la causa de todo lo que te está sucediendo. *Tú* eres la causa, y el mundo es sólo espejo. Pero es consolador encontrar siempre causa en otra parte. Entonces nunca te sientes culpable, nunca te sientes autocondenado. Siempre puedes decir que la causa está ahí, y amen que esta causa cambie, «¿Cómo voy a cambiar yo?». Puedes ampararte en eso; esto es un truco. De modo que tu mente siempre va proyectando causas en alguna otra parte. La esposa está alterada debido al marido; la madre está alterada debido a los hijos, y los hijos están alterados debido al padre. Todo el mundo está alterado debido algún otro, y todo el mundo piensa que la causa existe fuera.

Mulla Nasruddjn pasaba por una calle. Era atardecer, y descendía la oscuridad. De repente se dio cuenta de que la calle estaba vacía, sin tráfico y se asustó. Un grupo de gente venía hacia él, había estado leyendo acerca de los *dacoits*, ladrones, asesinos. Así que creó miedo, empezó a temblar. Pensó, proyectó, que ahora venían estos asesinos y *dacoits*, y le iban a matar, así que ¿cómo escapar de ellos? Miró por todas partes.

Había un cementerio, así que saltó la tapia del cementerio. Había una tumba lista para alguien así que pensó que estaría bien estar muerto en esa tumba. Les parecería que estaba muerto, y así sería innecesario que le asesinaran.

De modo que Mulla se echó a tierra. El grupo era simplemente un cortejo nupcial, pero vieron a este hombre temblando y saltando. Entonces se asustaron y se preguntaron qué pasaba y quién era este hombre. Pensaron: «Parece que está tramando algo. Se ha escondido ahí». Así es que todo el cortejo se detuvo, y saltaron la tapia. Mulla se asustó aún más. Entonces se

acercaron y le preguntaron: «¿Qué estás haciendo aquí? ¿Por qué estás aquí en esta tumba?».

Así que Mulla dijo: «Me estáis haciendo una pregunta muy difícil. Yo estoy aquí debido a vosotros, y vosotros estáis aquí debido a mí».

Y esto está sucediendo en todas partes. Tú estás alterado debido a otra persona; ella está alterada debido a ti. Y lo estás creando todo a tu alrededor, proyectando, y luego asustándote, atemorizándote, y haciendo esfuerzos por defenderte. Y entonces hay desdicha y frustración y conflicto y depresión y lucha.

Todo ello es estúpido, y lo seguirá siendo a menos que cambies de actitud. Y trata siempre de encontrar primero la causa dentro de ti. ¿Cómo va a alterarte el ruido del tráfico? ¿Cómo? Si estás contra él, te perturbará. Si tienes la actitud de que perturba, perturbará. Pero si lo aceptas, si dejas que suceda sin ninguna reacción, entonces puede que incluso empieces a disfrutarlo. Tiene su propia melodía, su propia música. No la has oído, pero eso no significa que no tenga su propia música. Algún día olvídate de ti mismo y escucha el ruido del tráfico. Simplemente escucha, y no introduces tus actitudes de que esto es perturbador, de que esto no es bueno. ¡No introduces tus actitudes; simplemente escucha la melodía! Al principio parecerá caótico. Eso también es debido a la mente. Si te relajas totalmente, tarde o temprano todo encajará en una totalidad armónica e incluso el ruido del tráfico se convertirá en música. Puedes disfrutarla y puedes bailar al son de su melodía. Depende de ti.

Nada perturba, a menos que pienses que perturba. Por ejemplo, te diré que muchas cosas han perturbado a la humanidad porque había un cierto concepto de que perturban. Cuando el concepto cambia, las cosas siguen siendo las mismas, pero no perturban. Por ejemplo, la masturbación perturbaba al mundo entero. Hace sólo medio siglo, el mundo entero se perturbaba por la masturbación. Todo profesor, todo padre, toda madre se perturbaba, y se perturbaba a todos los niños. Y en el gran mundo ignorante, la perturbación todavía continúa. Y entonces los fisiólogos y los psicólogos descubrieron que la masturbación no puede perturbar a nadie: es natural, y no tiene nada de malo. No tiene absolutamente nada de malo, pero la

antigua enseñanza era que si te vuelves loco, era debido a la masturbación.

Todo fue rebajado, reducido a la masturbación. Y, más o menos, todos los niños lo estaban haciendo, todo chico lo estaba haciendo, de modo que todo chico cogió miedo. Lo estaba haciendo, y tenía miedo de que ahora se iba a volver loco, inferior, chiflado, excéntrico, enfermo, y su vida se malgastaría. Pero no podía resistirse. Tenía que hacerlo, y estas ideas entraron en la mente y tuvieron sus efectos. Le afectaron, y muchos se volvieron locos, muchos permanecieron inferiores, muchos permanecieron estúpidos debido a ello, y no había ninguna relación en absoluto.

La ciencia moderna, la investigación moderna dice que, más bien, la masturbación es sana.

La ciencia médica dice que es buena, porque un chico a los trece o catorce años o una chica a los doce o trece años se vuelven sexualmente maduros. Si se dejase a la naturaleza, tendrían que casarse inmediatamente. Están listos para reproducir, pero la civilización impone por necesidad que permanezcan sin casarse al menos diez años, o incluso más. Pero la medicina dice que de los catorce a los veinte, esa etapa de seis años, se da la mayor potencia sexual. Un chico nunca vuelve a ser tan potente como entonces. La energía está en efervescencia; el cuerpo entero está listo para irrumpir en el sexo. Pero la sociedad dice que no, que no se debería permitir que se mueva la energía. Sin embargo, la energía está moviéndose y el niño no puede hacer nada, y cualquier cosa que vaya a hacer tendrá efectos debido a la filosofía que le rodea. Le parecerá que está haciendo algo malo, se sentirá culpable, y esa culpa le seguirá como una sombra. Y se producirán muchas enfermedades debido a la idea, no debido al acto.

La medicina dice que la masturbación es sana, porque el niño se libera de energía innecesaria. De lo contrario, esa energía innecesaria crearía problemas; de modo que es sana. Ahora, particularmente en Estados Unidos e Inglaterra y otros países occidentales desarrollados que saben mucho más de fisiología, la masturbación está siendo propagada. Ahora hay películas sobre cómo masturbarse para enseñarles a los niños, y tarde o temprano todo profesor enseñará a masturbarse correctamente.

Dicen que es sana, y ahora los que piensan que es sana se sienten muy sanos con ella. Yo no creo que sea ninguna de las dos cosas: no es ni sana ni insana. La idea es lo que cuenta.

Si es sana y se expande el concepto, se volverá sana. Ahora en Occidente no sólo dicen que la masturbación nunca afectó negativamente la inteligencia de nadie, sino que cuanto mayor inteligencia haya, más masturbación habrá. De modo que un chico que se esté masturbando más tendrá un cociente de inteligencia más alto que el chico que no se masturbe. Y tienen razones para decir esto, porque, para un chico, incluso descubrir la masturbación, es un signo de inteligencia: está encontrando un modo.

La sociedad ha cerrado la puerta del matrimonio, y la naturaleza está forzando la energía. El chico inteligente encontrará un modo y el no inteligente se quedará bloqueado, no será capaz de encontrar un modo. Ahora los estudiosos muestran que los chicos que se masturban son más inteligentes. Si se extiende esta idea, y está abocada a extenderse, tarde o temprano el mundo entero tendrá esta idea. Entonces la masturbación será sana, y sentirás un bienestar con ella.

Ahora todo padre tiene miedo, porque sabe lo que hizo cuando era joven. Cuando su hijo llega a la misma edad, el padre se asusta y empieza a acechar para ver qué está haciendo el chico. Tiene miedo, y si le pilla al chico, le castigará. Pero los nuevos conocimientos dicen que no castigues a chico, ¡no! Mejor, enséñale. Si no se está masturbando, entonces vete al médico a ver cuál es el problema. Si este conocimiento se extiende bien entonces sucederá esto.

Pero ambas son posiciones. *iAmbas* son posiciones! Y cuando algún chico se masturba, es muy sugestionable en ese momento: porque cuando la energía sexual está siendo liberada, el chico se vuelve vulnerable, abierto, flexible, y su mente está en silencio. Cualquier idea que se le meta en ese momento tendrá sus efectos; de modo que si le dices: «Te vas a poner enfermo por esto», se sentirá enfermo. Si le dices: «Te vas a sentir sano por esto», se sentirá sano. Si le dices: «Te quedarás estúpido toda tu vida si haces esto», se quedará hecho un zopenco. Si le dices: «Éste es un buen signo de inteligencia», puede que desarrolle un cociente intelectual más alto. Simplemente le estás sugiriendo

algo en un momento muy vulnerable. Lo que pienses empezará a suceder.

Se cuenta que Buda dijo que todo pensamiento se volverá real, así que sé consciente. Si piensas que el ruido del tráfico te perturba, te perturbará estás listo para tal perturbación. Si piensas que la vida de familia es una atadura, será una atadura para ti: estás en disposición para esto. Si piensas que la pobreza te ayudará a liberarte, te ayudará. En última instancia, eres tú quién está creando un mundo en torno a ti, y cualquier cosa que piensas se vuelve la atmósfera, el entorno, y tú existes en él. El tantra dice que recuerdes esta causalidad está siempre dentro de ti. Y si sabes esto, entonces no causarás nada. Si sabes esto, no causarás nada para ti mismo. Y cuando alguien no está causando nada, está liberado. Entonces no es desdichado ni dichoso. La dicha es tu creación y la desdicha también es tu creación. Puedes transformar tu desdicha en dicha porque es tu creación.

El liberado, el iluminado, en realidad no es ni desdichado ni dichoso, porque ha dejado de causar nada en torno a sí. ¡Simplemente es! Por eso Buda no dice nunca que un iluminado es dichoso. Siempre que alguien le preguntaba: «Dinos algo sobre alguien que ha ido más allá: si está en un estado de dicha perfecta», Buda se reía y decía: «No preguntes. Sólo puedo decirte esto, que no es desdichado. No te puedo decir nada más. No es desdichado; eso es todo lo que puedo decir».

¿Por que tanta insistencia en lo negativo? Porque Buda sabe. Cuando has llegado a saber que tú eras la causa de tu desdicha, entonces sabes muy bien que la dicha también la causabas tú. Entonces uno deja de causar nada. Eso es lo que es el *nirvana*: una cesación de causar nada en torno a ti. Si puedes entenderlo, sólo esto es la dicha. No hay desdicha y no hay dicha, porque si hay dicha entonces hay desdicha; aún estás causando algo. Y si puedes causar dicha, entonces puedes causar desdicha, y te aburrirás también de la dicha.

¿Cuánto la puedes soportar..., cuánto? ¿Has pensado alguna vez en ello? Las veinticuatro horas dichoso: ¿serás capaz de soportarlo? Te aburrirás, y seguirás buscando maestros que te enseñen a ser desdichado de nuevo. Si el mundo se vuelve dichoso, no puedo concebir que no habrá maestros. Habrá maestros, porque entonces la gente necesitará la desdicha. Será

necesario alguien para decirles cómo volver a ser desdichados, sólo para variar. Luego puedes volver a tu dicha, y la sentirás más, porque sólo entonces la puedes sentir más, cuando la has echado de menos.

¡Habrá maestros! Ahora están enseñando a volverse dichoso; entonces enseñarán a volverse desdichado, a experimentar el infierno. Un pequeño cambio será útil, sano.

Pero tú eres la causa, y te iluminarás en el momento en que hayas sabido que el mundo en el que estás viviendo fue causado por ti. Cuando no lo causes, habrá desaparecido. El tráfico seguirá, habrá ruido, y todo será como era, pero tú no estarás porque habrás desaparecido con la causa.

Capítulo 45

Permanecer con lo Real

Los Sutras

68 Igual que una gallina cuida sus polluelos, cuida tú maternalmente ciertas cosas que sepas, ciertas acciones, en la realidad.

69 Como en verdad, la atadura y la libertad son relativas, estas palabras son sólo para los que les aterra el universo. Este universo es un reflejo de las mentes. De igual forma que ves muchos soles en el agua a partir de un solo sol, ve así la atadura y la liberación.

Le has preguntado a alguien: «¿Cuál es el problema? ¿Cuáles son las raíces para que el hombre se pueda solucionar y el hombre pueda hacer esfuerzos para saber quién es?». ¿Por qué no debería saber sin ningún esfuerzo? ¿Por qué debería haber algún problema? Eres, sabes que eres, así que ¿por qué no puedes saber quién eres? ¿Dónde te equivocas? Eres consciente. Eres consciente de que eres consciente. Tienes vida; estás vivo. ¿Por qué no tienes consciencia de quién eres? ¿Qué se ha convertido en la barrera? ¿Qué te impide este autoconocimiento básico? Si puedes comprender la barrera, la barrera puede ser

disuelta muy fácilmente.

De modo que la verdadera cuestión no es cómo conocerse a uno mismo. La verdadera cuestión es saber cómo no te estás conociendo a ti mismo, cómo te estás perdiendo una realidad tan obvia, una verdad tan básica que está tan cerca de ti, cómo sigues sin ver. Debes de haber creado un dispositivo; de lo contrario es difícil escapar de uno mismo. Debes haber creado muros; en algún sentido, debes estar engañándote a ti mismo.

Así que ¿cuál es ese truco de escaparte de ti mismo, de no conocerse a uno mismo? Sino comprendes ese truco, nada de lo que hagas ayudará, porque el truco permanece, y sigues preguntando cómo conocerse a uno mismo, cómo conocer la verdad, cómo conocer la realidad, y consiguientemente sigues ayudando a la barrera. Sigues creándola también, de modo que nada de lo que hagas ayudará.

En realidad, no se necesita nada positivo para conocerse a uno mismo; sólo algo negativo. En cierto modo, sólo tienes que derruir la barrera que tú mismo has construido, y en el momento en que no haya esa barrera, te conocerás. El conocimiento sucede cuando no hay barrera; no se puede hacer ningún esfuerzo positivo por él. Sólo tienes que ser consciente de cómo te lo estás perdiendo.

De manera que hay que comprender varias cosas con relación a cómo te lo estás perdiendo. Una: vives en tus sueños, y entonces los sueños se convierten en barreras. La realidad no es un sueño. Existe, te rodea por todas partes. Dentro y fuera, existe -no te la puedes perder-, pero estás soñando. Entonces entras en una dimensión diferente que no es una realidad. Entonces sigues entrando en un mundo de sueños. Entonces los sueños se vuelven como nubes en torno a ti, y crean la barrera. A no ser que la mente deje de soñar, no se puede conocer la verdad. Y cuando ves a través de los sueños, la realidad se distorsiona, y tus ojos se llenan de sueños, y tus oídos se llenan de sueños, y tus manos se llenan de sueños.

De modo que todo lo que tocas, lo tocas a través de los sueños, y todo lo que ves, lo ves a través de sueños, y todo lo que oyes, lo oyes a través de los sueños, y lo distorsionas todo. Todo lo que te llega, te llega a través de sueños, y lo cambian todo, lo tiñen todo. Debido a la mente que sueña, te estás

perdiendo la realidad externa y la realidad interna: Sigues encontrado formas y medios para llegar a la realidad, pero también eso lo estarás intentando mediante tu mente que sueña.

De manera que puedes tener sueños religiosos -puedes tener sueños sobre la realidad, sobre la verdad, sobre Dios, sobre Cristo y Buda-, pero también eso será soñar. Hay que dejar de soñar; soñar no se puede usar para conocer la realidad.

¿A qué me refiero al decir «soñar»? Estás oyendo ahora mismo, pero hay un sueño, y ese sueño está interpretando constantemente lo que se dice. No me estás oyendo; te estás oyendo a ti mismo, porque estás interpretando simultáneamente, ¿o no? Estás pensando en lo que se está diciendo: ¿Qué necesidad hay de pensar? Simplemente oye, no pienses, porque si piensas no puedes oír, y si sigues pensando y oyendo, entonces lo único que oyes es tu propio ruido. No es lo que se está diciendo. Deja de pensar; deja que el pasaje del oído esté libre de pensamientos. Entonces oirás lo que se está diciendo.

Cuando estés mirando una flor, deja de soñar. No dejes que tus ojos estén llenos de pensamientos y sueños del pasado y el futuro, de lo que sabes sobre las flores. Ni siquiera digas que «esta flor es hermosa», porque entonces te estás perdiendo la realidad. Estas palabras se volverán una barrera. Dices: «Esta flor es hermosa», y han entrado las palabras: la realidad es interpretada por medio de las palabras. No dejes que las palabras se acumulen en torno a ti. Mira directamente, oye directamente y toca directamente.

Cuando toques a alguien, simplemente toca; no digas que la piel es bonita, suave. Entonces estás errando, has entrado en un sueño. Lo que la piel es, lo es aquí ahora. Tócala y deja que la piel te sea revelada. Miras una cara guapa. Mírala, y deja que la cara entre en sí misma. No la interpretes, no digas nada. No introduzcas tu mente pasada.

Lo primero: los sueños son creados por la mente pasada. Es la mente pasada que se mueve continuamente en torno a ti. No dejes que entre el pasado y no dejes que entre el futuro. En el momento en que ves una cara guapa, un cuerpo que pasa, inmediatamente surge el deseo. Quieres poseer. Ves una flor bonita y quieres arrancarla. Entonces te has ido. La flor está aquí, pero te has ido al deseo, al futuro. Ya no estás aquí.

De modo que, o estás en el pasado que no existe, o estás en el futuro que aún no ha llegado, y te estás perdiendo lo que existe ahora mismo.

De modo que esto es lo primero que hay que recordar: no se debería dejar que las palabras existan entre tú y la realidad. Con menos palabras, menos barreras; sin palabra, no hay barreras, entonces miras la realidad directamente; es cara a cara inmediatamente. Las palabras lo destruyen todo porque cambian el significado.

Estuve leyendo la biografía de alguien. La escritora estaba describiendo un día justo después levantarse. La mujer escribe que «un día, por la mañana, abrí los ojos». Entonces, inmediatamente, dice: «Pero no es correcto decir que yo abrí los ojos. "Yo" no hice nada. Los ojos se abrieron por sí mismos». Cambia la frase y dice: «No, no es bien decir que abrí los ojos. Yo no hice nada. No hubo ningún esfuerzo por mi parte; no fue una acción en absoluto». Luego escribe: «Los ojos se abrieron por sí mismos». Pero entonces le parece que esto es demasiado absurdo, porque son sus ojos, así que ¿cómo van a abrirse por sí solos? de modo que ¿qué hacer?

El lenguaje nunca dice lo que es. Si dices «Abrí los ojos», es una mentira. Si dices: «Lo ojos se abrieron por sí solos», también es un mentira, porque los ojos son sólo fragmentos. No pueden abrirse por sí solos. Todo el organismo está involucrado. Y cualquier cosa que digamos es así. Si vas a las sociedades aborígenes en India, hay muchas tribus aborígenes- comprobarás que tienen una estructura lingüística diferente. Su estructura lingüística es más básica y más real, pero no pueden crear mucha poesía. Su estructura lingüística no puede ser útil para soñar.

Si está lloviendo, nosotros decimos: «Está lloviendo». Ellos preguntan: «¿Qué quieres decir? ¿Quién está lloviendo?». Ellos tienen simplemente la palabra lluvia. ¿Qué quieres decir con que «está lloviendo»? ¿Quién o qué está lloviendo? Ellos dicen sólo «lluvia». La lluvia es la realidad, pero nosotros vamos añadiendo cosas; y cuantas más palabras se añaden, más perdidos estamos, más lejos, más distantes de la realidad.

Buda solía decir: «Cuando dices que "Un hombre está andando", ¿qué quieres decir? ¿Dónde está el hombre? Lo único que hay es el caminar. ¿Qué quieres decir con "el hombre"?».

Cuando decimos: «Un hombre está andando», parece que hay algo como un hombre y algo como andar: dos cosas sumadas. Buda dice que sólo hay caminar.

Cuando dices: «El río está fluyendo», ¿qué quieres decir? Sólo hay un fluir, y ese fluir es el río. El caminar es el hombre, el ver es el hombre, estar de pie y estar sentado es el hombre. Si eliminas todo esto -caminar, estar sentado, estar de pie, pensar, soñar-, ¿quedará un hombre? No quedará un hombre. Pero el lenguaje crea un mundo diferente, y al entrar constantemente en las palabras, seguimos alejándonos.

Así que lo primero que hay que recordar es cómo no dar ocasión a las palabras innecesariamente. Cuando hay necesidad, puedes usarlas, pero cuando no hay necesidad, permanece vacío, permanece no verbal, *mauna*, permanece silencioso. No hay necesidad de estar constantemente verbalizando cosas.

En segundo lugar, no proyectes. No verbalices, no proyectes. Mira lo que existe. No añadas cosas y luego mires. Ves una cara. Cuando dices: «Es bella», estás poniendo algo en ella, o si dices: «Es fea», también estás poniendo algo en ella. Una cara es una cara. La belleza y la fealdad son tus interpretaciones. No existen, porque la misma cara puede ser bella para uno y fea para otro, y para un tercero puede que no sea ninguna de las dos cosas. Puede que le resulte indiferente; puede que ni la mire..., la misma cara. La cara es simplemente una cara. No pongas cosas en ella; no proyectes. Tus proyecciones son tus sueños, y si proyectas,errarás. Y esto está sucediendo a diario.

Ves que una cara es bella; entonces se crea el deseo. El deseo no es por esa cara o ese cuerpo; es por tu propia interpretación, tu propia proyección. La persona que existe, la persona real, ha sido usada como pantalla, y te has proyectado a ti mismo y entonces tendrá que haber desilusión, porque la cara real no puede ser metida a la fuerza en la irrealidad por tu proyección. Tarde o temprano, la proyección tendrá que ser abandonada, y surgirá la cara real, y entonces te parecerá que te han engañado. Dirás: «¿Qué le ha pasado a esta cara? Esta cara era tan bella y esta persona era tan guapa, y ahora todo se ha vuelto feo». Estás interpretando otra vez. La persona sigue siendo lo que es, pero tus interpretaciones y proyecciones continúan, y nunca dejas que la energía se imponga.

Recuerdo que un día un vecino le preguntó a Mulla Nasruddin si le podía prestar su caballo un par de horas. Mulla dijo: «Te daría gustosamente mi caballo, pero mi mujer ha salido con el caballo y estarán fuera todo el día». Justo en ese momento, se oyó llegar del establo el relinchar del caballo, así que el hombre miró a Mulla Nasruddin. Nasruddin dijo: «Muy bien, ¿a quién le crees: a mí o al caballo? Y, además, el caballo es un mentiroso notorio. ¿A quién le crees?».

Creamos un mundo falaz a nuestro alrededor debido a nuestras proyecciones, pero si la realidad se manifiesta y el caballo relincha en el establo, preguntamos: «¿A quién le crees?». Siempre nos creemos a nosotros mismos, no a la realidad que sigue manifestándose. Se está manifestando en todo momento, pero seguimos imponiendo nuestras ilusiones. Por eso todo hombre se siente desilusionado al final. No es debido a la realidad. Todo hombre y toda mujer se sienten desilusionados al final, como si la vida entera hubiera sido un desperdicio. Pero ya no puedes hacer nada, no puedes deshacerla. El tiempo ya no está de tu parte. El tiempo ha fluido y la muerte está cerca y estás desilusionado, y ahora la oportunidad está perdida.

¿Por qué se siente todo el mundo desilusionado? No sólo los que no tienen éxito en la vida, sino que los que triunfan en la vida también se sienten igual. Está bien si los que no tienen éxito se sienten desilusionados, pero incluso los que triunfan se sienten así. Los Napoleones y los Hitlers y los Alejandros, ellos también se sienten desilusionados. La vida entera ha sido un desperdicio. ¿Por qué? ¿Está la causa realmente en la realidad, o está la causa en los sueños que estuviste proyectando? Y luego no pudiste proyectarlos y la realidad se impuso, y a fin de cuentas la realidad gana y tú eres derrotado. Sólo puedes ganar si no estás proyectando.

Así que recuerda lo segundo: mira directamente las cosas como son. No proyectes, no interpretes, no impongas tu mente sobre las cosas. Permite que la realidad se manifieste, sea lo que sea. Esto siempre es bueno, e independientemente de lo bellos que sean tus sueños, son malos, porque estás abocado a un viaje de desilusión. Y cuanto antes te desilusiones, mejor. Pero una vez que se va una ilusión, inmediatamente empiezas a crear otra para reemplazarla.

Permite que haya un intervalo. Entre dos desilusiones, permite que haya un intervalo. Deja que haya un intervalo para que pueda verse la realidad. Esto es muy arduo: mirar la realidad tal como es. Puede que no se ajuste a tus deseos. No hay necesidad de que se ajuste a tus deseos. Pero entonces tienes que vivir con la realidad, tienes que vivir en ella..., ¡y *estás* en ella! Es mejor aceptar la realidad que seguir engañándote a ti mismo, y no eres consciente de cómo sigues proyectando. Alguien dice algo, y tú entiendes otra cosa. Y basas las cosas en lo que entiendes; luego construyes un castillo de naipes con ello, creas un palacio de naipes. ¡Nunca se dijo eso! ¡Se quiso decir otra cosa!

Ve siempre lo que hay. No te apresures. Es mejor no entender algo que entenderlo mal. Es mejor permanecer ignorante conscientemente que pensar que sabes. Considera tus relaciones -con tu marido, tu mujer, tu amigo, tu profesor, tu maestro, tu sirviente-, ¡mira! Todo el mundo está pensando a su manera, interpretando al otro, y no hay encuentro, no hay comunicación. Entonces están luchando, en conflicto constante. El conflicto no es entre dos personas, el conflicto es entre imágenes falsas. Permanece alerta para no tener ninguna imagen falsa de nadie. Permanece con lo real; no importa lo duro que sea, no importa lo arduo y deja que sea, incluso si a veces parece imposible. Pero una vez que conozcas la belleza de permanecer con lo real, nunca serás una víctima de soñar.

Y en tercer lugar, ¿por qué sueñas? Es un sucedáneo. Soñar es un sucedáneo. Si no puedes conseguir lo que deseas en la realidad, entonces empiezas a soñar. Por ejemplo, si has ayunado todo el día, por la noche soñarás. Soñarás con comida que te invita un gran emperador, o algo por el estilo. Estarás comiendo y comiendo y comiendo en tus sueños. Estuviste ayunando todo el día, y ahora por la noche estás comiendo. Si eres represivo sexualmente, entonces tus sueños se volverán sexuales. Por medio de tus sueños se puede saber que estás reprimiendo durante el día. Tu ayuno de día quedará evidenciado por tus sueños. Los sueños son sucedáneos, y los psicólogos dicen que el hombre tal como es le resultará difícil vivir sin sueños. Y tienen razón en cierto sentido. Tal como es el hombre, le será difícil vivir sin sueños, pero si quieres una transformación, entonces tendrás

que vivir sin sueños. ¿Por qué se crean los sueños? Debido a tus deseos. Los deseos insatisfechos se vuelven sueños.

Estudia tus deseos; sé consciente y obsérvalos. Cuanto más los observes, más desaparecerán, entonces no crearás redes en la mente, y no entrarás en tu propio mundo privado. Los sueños no se pueden compartir; ni siquiera dos amigos íntimos pueden compartir sus sueños. No puedes invitar a nadie a tus sueños. ¿Por qué? Tú y tu amante no podéis estar en el mismo sueño. Tu sueño es tuyo; el sueño de otro es del otro. Son privados. La realidad no es tan privada; sólo la locura es privada. La realidad es universal, puedes compartirla; no puedes compartir los sueños. Son tu locura privada: ficciones. Así que ¿qué hacer?

Durante el día, uno puede vivir tan totalmente que no quede nada pendiente. Si estás comiendo, come totalmente. Disfrútalo tan totalmente que no necesites ningún sueño por la noche. Si estás amando a alguien, ama tan totalmente que el amor no entre en tus sueños. Todo lo que hagas durante el día, hazlo tan totalmente que no quede nada pendiente en la mente, nada incompleto que tenga que ser completado en sueños. Prueba esto, y en unos pocos meses tu dormir tendrá una cualidad diferente. Cada vez soñarás menos, y dormirás cada vez más profundamente. Y cuando haya menos sueños por la noche, habrá menos proyecciones durante el día, porque, en realidad, continúas durmiendo y tu sueño continúa. Con los ojos cerrados durante la noche y con los ojos abiertos durante el día, continúa. Por dentro sigue el caudal.

En cualquier momento, cierra los ojos y espera, y verás que la película ha vuelto; el sueño está en marcha. Siempre está ahí, esperándote. Es como las estrellas durante el día. No han desaparecido, pero sólo debido a la luz del Sol no puedes verlas. Están ahí esperando, y cuando el Sol se ponga, empezarán a aparecer.

Tus sueños son exactamente así: se mueven dentro de ti incluso cuando estás despierto. Están esperando. Cierra los ojos, y empiezan a funcionar. Cuando tengas menos sueños por la noche, durante el día tendrás una cualidad diferente de estar despierto. Si tu noche cambia, tu día cambia; si tu dormir cambia, tu vigilia cambia. Estarás más alerta. Con menos sueños operando por dentro, estarás menos dormido. Mirarás más directamente.

De modo que no dejes nada pendiente, eso es una cosa. E independientemente de lo que estés haciendo, permanece en el acto. No te vayas a ninguna otra parte. Si te estás duchando, permanece ahí. Olvídate del mundo entero. Ahora esta ducha es todo el universo. Todo ha cesado; el mundo ha desaparecido. Sólo existes tú y la ducha. Permanece ahí. Muévete con cada acto tan totalmente que ni te quedes atrás ni te adelantes; estás con el acto. Los sueños desaparecerán, y soñando menos serás más capaz de penetrar en la realidad.

68 No tengas esperanza.

Ahora la técnica. La técnica se ocupa de esto. *Igual que una gallina cuida sus polluelos, cuida tú maternalmente ciertas cosas que sepas, ciertas acciones, en la realidad.*

El término clave es *en la realidad*. Tú también cuidas maternalmente muchas cosas, pero en sueños..., no en la realidad. Tú también estás haciendo muchas cosas, pero en un sueño..., no en la realidad. No cuides maternalmente los sueños, no ayudes a que los sueños crezcan más en ti; no des tu energía a los sueños. Retírate de todos los sueños. Será difícil, porque has invertido tanto en tus sueños. Si de pronto te retiras totalmente de los sueños, te parecerá que te estás hundiendo y muriendo, porque has vivido siempre en un sueño aplazado. Nunca has estado aquí y ahora; siempre has estado en alguna otra parte. Has estado esperando, con esperanza.

¿Has oído la parábola griega de la caja de Pandora? Para vengar cierta acción hecha a un hombre, le enviaron una caja a Pandora, y la caja tenía todas las enfermedades que ahora están extendidas en la humanidad. Antes no lo estaban, y cuando se abrió la caja, las enfermedades quedaron sueltas. Pandora, asustada tras ver las enfermedades, cerró la caja. Sólo quedó una enfermedad, que era la esperanza; de otra forma, el hombre se habría disipado: todas estas enfermedades le habrían matado, pero debido a la esperanza, continuó.

¿Por qué estás viviendo? ¿Lo has preguntado alguna vez? No hay nada por lo que vivir aquí y ahora. Sólo hay esperanza. Llevas una caja de Pandora. ¿Por qué estás viviendo ahora

mismo? ¿por que te levantas cada mañana? ¿Por qué vuelves a empezar otro día..., una y otra vez? ¿Por qué esta repetición? ¿Cuál es la razón? No puedes encontrar ninguna razón ahora mismo por la que estás viviendo, y si encuentras algo, será algo futuro: una esperanza de que algo va a suceder...; algún día, «algo» va a suceder. No sabes cuándo llegará ese día; ni siquiera sabes qué es lo que va a suceder..., pero algún día «algo va a suceder», y así sigues prolongándote a ti mismo, sigues cargando contigo.

El hombre vive sólo en la esperanza, y esto no es vida, porque esperanza significa sueño. A no ser que vivas aquí y ahora, no estás vivo. Eres un peso muerto, y ese mañana que colmará todas tus esperanzas nunca va a llegar. Cuando llegue la muerte, sólo entonces te darás cuenta de que ya no hay mañana, y ya no puedes aplazar. Entonces te sentirás decepcionado, engañado, pero nadie te ha engañado; tú eres el responsable de todo el lío.

Intenta vivir en el momento, en el presente, y no albergues esperanzas, independientemente de cuál sea su naturaleza. Puede que sean mundanas, puede que sean del otro mundo; da igual. Puede que sean religiosas -en alguna parte en el futuro, en el otro mundo, en el cielo, en el *nirvana*, después de la muerte-, pero eso da lo mismo. No tengas esperanzas. Incluso si sientes una sutil desesperación, permanece aquí. No te vayas del momento de aquí y ahora. ¡No te vayas! Padécelo, pero no permitas que entre la esperanza.

A través de la esperanza entran los sueños. No tengas esperanza. Si en la vida no hay esperanza, no tengas esperanza. Acéptalo, pero no te aferres a ningún acontecimiento futuro. Entonces, de pronto, habrá un cambio. Una vez que permaneces en el momento presente, los sueños se paran; porque entonces no pueden surgir. Se ha retirado la fuente. Tú cooperas con ellos, los cuidas maternalmente; por eso surgen. No cooperes con ellos, ni los cuides maternalmente.

Este sutra dice *cuida maternalmente ciertas cosas que sepas*. ¿Por qué ciertas cosas que sepas? Tú también cuidas, pero cuidas ciertas teorías, no cosas que sabes; ciertas escrituras, no cosas que sabes; ciertas hipótesis, sistemas, filosofías, visiones del mundo..., pero nunca ciertas cosas que sabes. Este sutra dice que

te deshagas de eso. Las escrituras, las teorías... son inútiles. Ten tu propia experiencia, que es real, tus propias cosas que sabes, y cuídalas maternalmente. Al margen de lo trivial que sea, una cosa real que sabes es algo. Puedes basar tu vida en ella. Independientemente de cuáles sean, piensa siempre en conocimientos reales, particulares, que *tú* hayas sabido.

¿Has sabido algo? Sabes muchas cosas, pero todas son prestadas. Alguien te las ha dicho, alguien te las ha dado. Los profesores, los padres, la sociedad, han condicionado tu mente. «Sabes» acerca de Dios, «sabes» acerca del amor, «sabes» acerca de la meditación. ¡En realidad no sabes nada! No has saboreado nada; todo esto es prestado. Otro lo ha saboreado, el gusto no es tuyo. Alguien lo ha visto, pero tú tienes ojos y no los has usado. Otro lo ha experimentado -un Buda lo ha experimentado, un Jesús lo ha experimentado- y tú sigues tomando prestados sus conocimientos. ¡Son falsos! Para ti, son inútiles. Son más peligrosos que la ignorancia, porque la ignorancia es tuya y el conocimiento es prestado.

Es mejor ser ignorante; por lo menos la ignorancia es tuya. ¡Es auténtica, es real, sincera y honesta! No sigas con conocimientos prestados. De lo contrario, olvidarás que eres ignorante, y permanecerás ignorante.

Este sutra dice... *cuida maternalmente ciertas cosas que sepas*. Intenta siempre saber algo de una forma que sea fresca, directa, inmediata. No creas en nadie. Tu creencia te extraviará. Confía en ti mismo; si no puedes confiar en ti mismo, ¿cómo vas a poder confiar en otra persona?

Sariputta fue a Buda y le dijo: «He venido a creer en ti. ¡He venido! Ayúdame a tener fe en ti».

Está escrito que Buda dijo: «Si no crees en ti mismo, ¿cómo vas a creer en mí? Así que olvídate de mí. Primero ten confianza en ti mismo, cree en ti mismo. Sólo entonces puedes tener confianza en otra persona».

Así que recuerda esto: no puedes confiar en nadie si ni siquiera confías en ti. La primera confianza siempre está dentro. Sólo entonces puede fluir, sólo entonces puede desbordarse; puede llegar a otros. Pero ¿cómo vas a confiar si no sabes nada? ¿Cómo vas a confiar en ti mismo si no tienes ninguna experiencia? Intenta confiar en ti mismo. No pienses que esta

experiencia de mirar a través de los ojos de otro es sólo con lo absoluto. Es también con las experiencias corrientes. Pero haz que sean las tuyas propias. Te ayudarán a crecer, te harán madurar, te pondrán en sazón.

Esto es realmente extraño: miras con los ojos de otros, vives con las vidas de otros. Dices que una rosa es bella. En realidad, ¿es tu percepción o sólo una enseñanza que se ha extendido a tu alrededor que dice que una rosa es bella? ¿Es esto algo que tú sabes? ¿Lo has sabido tú? Dices que esa luz de luna es buena, bella. ¿Es algo que tú sabes, o es sólo lo que los poetas han cantado sobre ella y estás repitiéndolo? Si eres como un loro, no puedes vivir tu vida auténticamente. Siempre que afirmes algo y siempre que digas algo, primero comprueba dentro si es tu conocimiento y tu experiencia.

Deshazte de todo lo que no es tuyo -no sirve para nada- y valora y cuida maternalmente todo lo que es tuyo, porque sólo mediante eso crecerás. *Cuida maternalmente ciertas cosas que sepas, ciertas acciones, en la realidad.* Recuerda siempre «en la realidad». Haz algo. ¿Has hecho algo alguna vez, o simplemente has estado siguiendo a otros, simplemente obedeciendo órdenes? «Ama a tu mujer»: ¿la has amado realmente? ¿O estás sólo cumpliendo una obligación porque te han dicho, porque te han enseñado: Ama a tu mujer, o ama a tu madre, ama a tu padre, ama a tu hermano..., ide modo que estás amando y estás obedeciendo! ¿Has amado *tú* realmente alguna vez cuando estabas ahí? ¿Se ha dado el caso alguna vez de que no estaba surtiendo efecto ninguna enseñanza y no estabas obedeciendo a nadie? ¿Has estado alguna vez auténticamente enamorado? Puedes engañarte a ti mismo; puedes decir: «¡Sí!» Pero cerciérate antes de decir nada. Si hubieras amado, te habrías transformado; el acto específico del amor te habría cambiado. Pero no te ha cambiado porque tu amor es falso. Y la vida entera se ha vuelto falsa. Sigues haciendo cosas que no son las tuyas propias. Haz lo que sea tuyo propio, y cuídalo maternalmente.

Buda es bueno, pero no puedes seguirle. Jesús es bueno, bello, pero no puedes seguirle. Y si les sigues, te volverás feo. Serás una copia. Serás falso, y no serás aceptado por la existencia. Nada falso es aceptado. Ama a Buda, ama a Jesús, pero no seas sus réplicas. No imites. Deja siempre que tu propio

ser vaya a su manera. Un día te volverás como Buda, pero el camino será básicamente el tuyo propio. Un día te volverás un Jesús, pero habrás ido por una ruta diferente, habrás experimentado cosas diferentes. Una cosa es segura: sea cual sea la ruta y sea cual sea la experiencia, debe ser auténtica, real, y la tuya propia. Entonces un día llegarás. Mediante la falsedad no puedes llegar a la verdad; la falsedad te conducirá a más falsedad.

Haz algo, recordando bien que eres tú quien lo está haciendo sin seguir a nadie. Entonces, incluso un acto muy pequeño, simplemente una sonrisa, puede volverse una fuente de *satori*, una fuente de *samadhi*, de consciencia cósmica. Vuelves a casa y sonríes a tus hijos. Esa sonrisa es falsa; estás fingiendo. Estás sonriendo porque esperan una sonrisa. Es una sonrisa pintada. Lo único que están sonriendo son los labios. Están siendo manipulados; la sonrisa es mecánica. Y puedes acostumbrarte tanto a esto que puede que te olvides completamente de cómo sonreír. Puede que te rías, pero puede que la risa no provenga de tu centro.

Recuerda siempre: al margen de lo que estés haciendo, observa si tu centro está involucrado en ello o no, porque si no está involucrado, es mejor no hacerlo. ¡No lo hagas! Nadie te está obligando a hacer nada. ¡No lo hagas! Conserva tu energía para el momento en que te suceda algo real; entonces hazlo. No sonrías; conserva la energía. La sonrisa llegará, y entonces te cambiará completamente. Entonces será total. Entonces todas las células de tu cuerpo sonreirán. Entonces será una explosión: nada pintado.

Y los niños lo saben; no puedes engañarles. En el momento en que puedes engañarles, ya no son niños. Saben cuándo es falsa tu sonrisa. Pueden detectarlo; cualquiera que sea real lo detectará. Tus lágrimas son falsas, tu sonrisa es falsa. Son actos pequeños, pero estás constituido de actos pequeños. De modo que no pienses en hacer algo grande..., que entonces harás esto. Si eres falso en las cosas pequeñas, siempre serás falso.

Es fácil ser falso en las cosas grandes. Si eres falso en las cosas pequeñas, es muy fácil ser falso en las cosas grandes, porque las cosas grandes siempre son para la galería. Son para que las vean otros, de manera que puedes ser falso muy fácilmente.

Puedes ser un santo si la santidad es respetada. Entonces, estás expuesto al público: eres sólo un objeto de exposición. Puedes ser un santo porque eso es respetado y satisface al ego, pero todo será falso. Piensa un momento: si una sociedad cambia sus actitudes, como ha sucedido en la Unión Soviética o en China, los santos desaparecen inmediatamente..., porque no se les tiene respeto.

Recuerdo a uno de mis amigos, un *bhikku* budista que fue a la Rusia soviética en la época de Stalin. Me dijo que siempre que alguien le daba la mano, de repente esa persona se contraía y decía: «Tienes manos de burgués». Tenía las manos muy bonitas. Como era *bhikku*, nunca había hecho nada era un mendigo, un mendigo regio, de modo que nunca había trabajado. Sus manos eran muy suaves, bellas, femeninas. En India, siempre que alguien le tocaba las manos, decía: "¡Qué bonitas!". En Rusia, siempre que alguien le tocaba las manos se echaba atrás, y sus ojos se llenaban de condena decía: «Así que tienes manos de burgués, manos de explotador». Volvió, y me dijo: «Me sentí tan condenado que deseé ser un trabajador».

Los santos han desaparecido de Rusia porque ya no hay respeto. Toda la santidad que había era sólo para la galería; era algo expuesto, pintado. Ahora sólo pueden existir santos reales en Rusia. Para los irreales no hay posibilidad, porque ahora tendrás que luchar para ser un santo, y toda la sociedad estará contra ti. En India, la forma más fácil de sobrevivir y de existir es ser un santo. Todo el mundo te respeta. Puedes ser falso, y la falsedad es rentable.

Recuerda esto: desde la mañana misma, cuando abras los ojos, intenta ser real y auténtico. No hagas nada que sea falso. Sólo durante siete días sigue recordando. No hagas nada que sea falso. Independientemente de lo que se pierda, deja que se pierda. Lo que pierdas, piérdelo. Pero permanece real, y en siete días sentirás una vida nueva dentro de ti. Las capas muertas se romperán y llegará a ti una nueva corriente viva. Te sentirás vivo de nuevo por primera vez: una resurrección.

Cuida maternalmente ciertas acciones..., cuida maternalmente ciertas cosas que sepas..., en la realidad..., no en un sueño. Haz lo que te guste hacer pero piensa: ¿lo estás haciendo tú realmente, o es tu madre quien lo hace a través de ti,

o tu padre quien lo hace a través de ti? Porque aún están operando dentro de ti personas muertas, padres muertos, sociedades, antiguas generaciones desaparecidas hace mucho. Han creado condicionamientos tales que sigues complaciéndoles; y ellos estaban complaciendo a sus padres y madres muertos, y tú estás complaciendo a tus padres y madres muertos, y nadie está complacido. ¿Cómo vas a complacer a alguien que está muerto? Pero los muertos están viviendo a través de ti.

Observa siempre cuando estés haciendo algo si es tu padre quien lo está haciendo a través de ti o si lo estás haciendo tú. Cuando te enfadas, ¿es tu ira o es la manera en que solía enfadarse tu padre? Simplemente estás imitando. He visto pautas manteniéndose, siendo repetidas. Si te casas, tu matrimonio va a ser en líneas generales como el de tu padre y el de tu madre. Tú actuarás como tu padre, tu mujer actuará como su madre, y volveréis a crear el mismo lío. Cuando te enfades, observa: ¿eres tú u otra persona? Cuando ames, recuerda, ¿eres tú u otra persona? Cuando digas algo, recuerda, ¿estás hablando tú o tu profesor? Cuando hagas un gesto, recuerda, ¿es tuyo o hay otra persona presente en tu mano? Será difícil, pero esto es *sadhana*. Esto es lo que significa el empeño espiritual.

Y deja todas las falsedades. Puede que sientas un cierto embotamiento por lo pronto, porque todas tus falsedades cesarán y lo real tardará un tiempo en llegar e imponerse. Habrá un periodo de intervalo, y no te asustes y no te atemorices. Tarde o temprano, tus yos falsos cesarán, las máscaras cesarán, y tu rostro real saldrá a la luz. Sólo mediante el rostro real puedes encontrar a Dios. Por eso dice este sutra: *Igual que una gallina cuida a sus polluelos, cuida tú maternalmente ciertas cosas que sepas, ciertas acciones, en la realidad.*

69 Ve más allá de la atadura y la libertad.

Segundo sutra: *Como, en verdad, la atadura y la libertad son relativas, estas palabras son sólo para los que les aterra el universo. Este universo es un reflejo de las mentes. De igual forma que ves muchos soles en el agua a partir de un solo sol, ve así la atadura y la liberación.*

Ésta es una técnica muy profunda, una de las más profundas, y sólo mentes muy excepcionales la han intentado. El Zen se basa en esta técnica. Esta técnica está diciendo algo muy difícil: difícil de comprender, no difícil de experimentar. Pero primero es necesaria la comprensión.

Este sutra dice que el mundo y el *nirvana* no son dos cosas, sino una; que el cielo y el infierno no son dos cosas, sino una; y que la atadura y la liberación no son dos cosas, sino una. Es difícil porque sólo podemos concebir algo fácilmente si está en términos de polos opuestos.

Decimos que el mundo es una atadura así que ¿cómo escapar de este mundo y liberarse? Entonces la liberación es algo que es opuesto, que no es atadura. Pero este sutra dice que ambas cosas son la misma -la liberación y la atadura- y que a no ser que te liberes de ambas, no estás liberado. La atadura es una esclavitud, y la liberación, también.

Intenta comprender esto. Mira a una persona que esté tratando de ir más allá de la atadura. ¿Qué está haciendo? Se va de casa, abandona a su familia, abandona las riquezas, abandona las cosas del mundo, abandona la sociedad para escapar de las ataduras, de los grilletes del mundo. Entonces se crea nuevos grilletes. Esos grilletes son negativos.

He visto a un santo que no puede tocar el dinero. Es respetado; tiene que ser respetado por los que andan como locos tras el dinero. Él se ha ido al extremo opuesto. Si le pones dinero en la mano, lo tira como si fuera algún veneno o como si le hubieras puesto un escorpión. Lo tirará y se asustará. Un sutil temblor recorre su cuerpo.

¿Qué está sucediendo? Ha estado luchando con el dinero. Debe de haber sido un hombre avaricioso: demasiada avaricia. Sólo así puede irse a este extremo. Puede que haya estado demasiado obsesionado con el dinero. Todavía está obsesionado, pero ahora en la dirección inversa. Sin embargo, la obsesión aún sigue ahí.

He visto a un sannyasin que no puede mirar un rostro de mujer. Se asusta. Siempre mira hacia abajo; nunca levanta la mirada si está presente alguna mujer. ¿Cuál es el problema? Debe de haber sido demasiado sexual, debe de haber estado obsesionado con el sexo. Aún está obsesionado, pero antes

perseguía a esta o aquella mujer, y ahora está huyendo de las mujeres..., de ésta y aquélla. Pero aún sigue obsesionado con las mujeres. Esté persiguiéndolas o huyendo de ellas, su obsesión permanece. Piensa que ahora se ha liberado de las mujeres, pero esto es una nueva atadura. No puedes liberarte por reacción. Aquello de lo que estés en contra te atará negativamente; no puedes escaparte de ello. Si alguien está en contra del mundo y a favor de la liberación, no puede liberarse; permanecerá en el mundo. La actitud de estar en contra es una atadura.

Este sutra es muy profundo. Dice: *Como, en verdad, la atadura y la libertad son relativas...* No son opuestas, sino relativas. ¿Qué es la libertad? Dices: «Lo que no es atadura». ¿Y qué es la atadura? Dices: «Lo que no es libertad». Puedes definir las usando la otra. Son como el calor y el frío; no son opuestas. ¿Qué es el calor y qué es el frío? Son sólo diferentes grados del mismo fenómeno - grados de temperatura-, pero el fenómeno es el mismo, y son relativos. Si hay agua fría en un balde y agua caliente en otro, y metes las manos en ambos -una mano en el agua caliente y la otra en la fría-, ¿qué sentirás? Una diferencia de grados.

Y si primero te enfrías ambas manos en hielo y luego metes las dos manos en el agua caliente y en la fría, ¿qué sucederá? También ahora sentirás una diferencia. Tu mano fría ahora sentirá más calor que antes en el agua caliente. Y si tu otra mano se ha enfriado, si está mucho más fría que el agua fría, entonces esa agua ahora parecerá caliente; no la percibirás como fría. Es relativo. Sólo hay grados de diferencia, pero el fenómeno es el mismo.

El tantra dice que la atadura y la liberación *sansara* y *moksha*, no son dos cosas, sino un fenómeno relativo de lo mismo. De modo que el tantra es único. El tantra dice que no sólo tienes que liberarte de la atadura; tienes que liberarte también de *moksha*. A no ser que te liberes de ambos no estás liberado.

Así que no trates de estar en contra de nada porque te irás a algo que le pertenece. Parece opuesto, pero no lo es. No te vayas del sexo al *brahmacharya*. Si estás intentando pasar del sexo al *brahmacharya*, tu *brahmacharya* no será otra cosa que sexualidad. No vayas de la avaricia a la no-avaricia, porque esa no-avaricia será también una avaricia sutil. Por eso, si una

tradición predica la no-avaricia, te da el aliciente de alguna ganancia con ello.

Estuve quedándome en casa de un santo que les decía a sus seguidores: «Si abandonáis la avaricia, conseguiréis muchas cosas en el otro mundo. ¡Si abandonáis la avaricia, conseguiréis muchas cosas en el otro mundo!». Los que son avariciosos, codiciosos del otro mundo, serán influidos por esto. Puede que se motiven, y estarán dispuestos a dejar muchas cosas para poder ganar. Pero el aliciente de ganar permanece; de lo contrario, ¿cómo va a pasar un hombre avaricioso a la no-avaricia? Debe de haber algún acicate que satisface profundamente su avaricia.

Así que no crees polos opuestos. Todos los opuestos están relacionados; son grados del mismo fenómeno. Si tomas consciencia de esto, dirás que ambos polos son lo mismo. Si puedes percibir esto, que ambos polos son lo mismo, y si esta percepción se hace profunda, te liberarás de ambos. Entonces no estás ni a favor del *sansara* ni del *moksha*. En realidad, no estás pidiendo nada; has dejado de pedir. En esa parada, estás liberado. En esa percepción de que todo es lo mismo, el futuro habrá cesado. ¿Dónde puedes ir ahora? El sexo y el *brahmacharya* son lo mismo, así que ¿dónde hay algo a lo que ir? Y si la avaricia y la no-avaricia son lo mismo, y la violencia y la no-violencia son lo mismo, ¿dónde hay que ir?

No hay ninguna parte a la que ir. Entonces el movimiento cesa; no hay futuro. No puedes desear nada porque todos los deseos serán lo mismo; sólo habrá una diferencia de grados. ¿Qué puedes desear? A veces le pregunto a la gente -cuando vienen a mí, les pregunto-: «¿Qué deseas realmente?». Su deseo se basa en ellos tal *como* son. Si son avariciosos, desean el estado de no-avaricia; si son sexuales, si están obsesionados con el *sexo*, desean el *brahmacharya*, *cómo* trascender el *sexo*, porque son desdichados con el *sexo*.

Pero este deseo de *brahmacharya* está basado, enraizado, en su sexualidad. Preguntan: «¿Cómo escapar de este mundo?». El mundo es demasiado para ellos; están demasiado agobiados y están aferrándose demasiado: porque el mundo no puede agobiarte a menos que te aferres a él. La carga está en tu cabeza: no debido a la carga, sino debido a ti; tú la estás llevando. Y están cargando con el mundo entero; entonces se

agobian. Y en esta experiencia de desdicha surge un nuevo deseo de lo opuesto, de modo que entonces empiezan a anhelar lo opuesto.

Andaban tras el dinero, así que ahora andan tras la meditación. Andaban tras algo de este mundo; ahora andan tras algo de ese mundo. *Pero* el andar tras algo continúa, y ese andar tras algo es el problema. El objeto es irrelevante. El deseo es el problema. Lo que desees es irrelevante. Tu deseo..., eso es el problema, y sigues cambiando de objeto. Hoy deseas A, mañana deseas B, y piensas que estás cambiando. Luego, pasado mañana deseas C, y piensas que estás transformado. *Pero tú* eres el mismo. Deseaste A, deseaste B, deseaste C. Y A-B-C no son tú. Tu deseo: eso eres tú, y eso sigue igual. Deseas atadura. Y entonces te frustras, te hartas; entonces deseas liberación. Deseas. Y el deseo es la atadura.

De *modo* que no puedes desear la liberación. El deseo es atadura, así que no puedes desear la liberación. Cuando cesa el deseo, hay liberación. Por eso dice este sutra: *En verdad, la atadura y la libertad son relativas*. Así que no te obsesiones con lo opuesto.

Estas palabras son sólo para quienes les aterra el universo. Estas palabras de atadura y libertad son para aquellos a los que les aterra el universo.

Este universo es un reflejo de las mentes. Todo lo que ves en este universo es un reflejo. Si parece una atadura, eso significa que es tu reflejo. Si parece una liberación, también es tu reflejo.

De igual forma que ves muchos soles en el agua a partir de un solo Sol, ve así la atadura y la liberación. Sale el Sol. Y hay muchos charcos -sucios y puros, grandes y pequeños, bonitos y feos-, y un solo sol se refleja en muchos charcos. Alguien que vaya contando los reflejos, pensará que hay muchísimos soles. Quien no mire los reflejos sino la realidad, verá uno. El mundo, tal *como* lo miras, te refleja. Si eres sexual, el mundo entero parece sexual; si eres un ladrón, el mundo entero parece tener la misma profesión.

Una vez, Mulla Nasruddin y su mujer estaban pescando, y era una zona restringida; sólo podían pescar allí las personas autorizadas. De pronto apareció un policía, de *modo* que la mujer de Mulla dijo: «Mulla, tú tienes el permiso, así que sal corriendo».

Mientras tanto, yo me escabulliré».

Así que Mulla empezó a correr. Corrió y corrió y corrió, y el policía le siguió. Por supuesto, Mulla dejó allí a su mujer, y el policía le siguió a él. Mulla corrió y corrió hasta que sintió que le iba a estallar el corazón. Pero para entonces el policía le había cogido. El policía también estaba sudando, y dijo: «¿Dónde está tu permiso?». Así que Mulla le enseñó sus papeles. El policía los miró y estaban en regla. Así que dijo: «¿Por qué corrías, Nasruddin? ¿Por qué saliste corriendo?».

Nasruddin dijo: «Me está tratando un médico, y dice que corra un kilómetro después de cada comida».

El policía dijo: «Muy bien, pero viste que yo estaba corriendo detrás de ti, persiguiéndote, gritando, así que ¿por qué no te paraste?».

Nasruddin dijo: «Pensé que quizás a ti también te trataba el mismo médico».

Es lógico; es lo que está sucediendo. Todo lo que ves a tu alrededor es más un reflejo de ti que de algo real. Te ves a ti mismo reflejado en todas partes. En el momento en que cambias, el reflejo cambia. En el momento en que te vuelves totalmente silencioso, el mundo entero se vuelve silencioso. El mundo no es una atadura; la atadura es un reflejo. Y el mundo no es una liberación; la liberación también es un reflejo.

Un Buda encuentra el mundo entero en un estado de *nirvana*. Un Krishna encuentra el mundo entero celebrando en éxtasis, lleno de dicha; no hay sufrimiento. Pero el tantra dice que todo lo que ves es un reflejo, a menos que todo ver desaparezca y sólo se vea el espejo sin nada reflejado en él. Eso es la verdad.

Si se ve algo, es sólo un reflejo. La verdad es una; las cosas que son muchas sólo pueden ser reflejos. Una vez que se comprende esto -no teóricamente, sino existencialmente, mediante la experiencia-, estás liberado; liberado tanto de la atadura como de la liberación. A Naropa le preguntó alguien cuando se iluminó: «¿Has alcanzado ahora la liberación?». Naropa dijo: «Sí y no. Sí, no estoy atado, y no, porque esa liberación era también un reflejo de la atadura. Pensaba en ella debido a la atadura».

Considéralo de esta manera: estás enfermo, y entonces anhelas la salud. Ese anhelo de salud forma parte de tu

enfermedad. Si estás realmente sano, no anhelarás la salud. ¿Cómo ibas a anhelarla? Si estás realmente sano, ¿dónde está el anhelo? ¿Qué necesidad hay? Si estás realmente sano, nunca sientes que estás sano. Sólo las personas enfermas, con dolencias, sienten que están sanas. ¿Qué necesidad hay? ¿Cómo vas a sentir que estás sano? Si naces sano y nunca has estado enfermo, ¿podrás sentir tu salud? La salud está ahí, pero no se puede sentir. Sólo puede sentirse por contraste, mediante el opuesto. Sólo mediante el opuesto se sienten las cosas. Si estás enfermo, puedes sentir la salud; y si estás sintiendo la salud, recuerda: todavía estás enfermo.

De modo que Naropa dice: «Sí y no. "Sí" porque ya no hay ninguna atadura, pero con la atadura también ha desaparecido la liberación; de ahí el "no". Forma parte de ella. Ahora estoy más allá de ambas: ni con ataduras ni con liberación».

No conviertas la religión en una búsqueda, en un deseo. No conviertas *moksha*, la liberación, el *nirvana*, en un objeto del deseo. Sucede cuando no hay deseo.

Capítulo 46

El Camino Tántrico para ser Libre de los Deseos

Preguntas

¿Es el afán de liberación un deseo o una sed humana intrínseca?

¿Cómo puede uno transformarse siendo total en acciones que son de ira y violencia?

¿Puedes decirnos algo sobre la cualidad del dormir de un iluminado?

Primera pregunta:

Dijiste ayer que el afán de liberación o samadhi es también una tensión y una barrera, pero ¿no es cierto que no es un deseo

sino una aspiración: la sed intrínseca del ser humano?

Debes comprender qué significa el deseo, y las religiones te han confundido mucho al respecto. Si deseas algo del mundo, lo llaman deseo. Si deseas algo del otro mundo, le dan un nombre diferente. Esto es absurdo. ¡El deseo es el deseo! Da igual cuál sea el objeto del deseo. El objeto puede ser cualquier cosa -de este mundo, material, o de otro mundo, espiritual-; el hecho de desear sigue siendo el mismo.

Todo deseo es una atadura. Incluso si deseas a Dios, es una atadura; incluso si deseas la liberación, es una atadura. Y la liberación no puede suceder a menos que este desear desaparezca totalmente. Así que, recuerda, no puedes desear la liberación; eso es imposible, eso es contradictorio. Puedes dejar de tener deseos, y entonces sucede la liberación. Pero eso no es el resultado de tu deseo. Más bien es una consecuencia del no-deseo.

Así que intenta comprender qué es el deseo. Deseo significa que ahora mismo no estás bien, no estás a gusto. En este mismo momento no estás a gusto contigo mismo, y algo en el futuro, si se cumple, te traerá la paz. La satisfacción está siempre en el futuro; nunca está aquí y ahora. Esta tensión de la mente por el futuro es el deseo. Deseo significa que no estás en el momento presente, y lo único que existe es el momento presente. Estás en alguna parte del futuro, y el futuro no existe. Nunca ha existido, nunca existirá. Lo único que existe es siempre el presente: este, momento.

Esta proyección de tu plenitud a algún momento futuro es el deseo. De modo que es irrelevante cuál sea la plenitud futura. Puede que sea el reino de Dios, el cielo, el *nirvana*, puede ser cualquier cosa, pero si está en el futuro, es deseo. Y no puedes desear en el presente; recuerda: eso no es posible. En el presente sólo puedes ser, no puedes desear. ¿Cómo vas a desear en el presente?

El deseo te lleva al futuro, a la fantasía, a los sueños. Por eso Buda insiste tanto en no tener deseos, porque sólo sin deseos entras en la realidad. Con deseos, entras en sueños. El futuro es un sueño, y cuando planeas el futuro eliges la frustración. Estás destruyendo la realidad de ahora mismo por algún sueño futuro, y

este hábito de la mente permanecerá contigo. Se está fortaleciendo cada día. De modo que cuando llegue tu futuro, llegará en forma de presente, y tu mente volverá a irse a algún otro futuro. Incluso si pudieras llegar a Dios, no estarías satisfecho. Tal como eres, es imposible. Incluso en presencia de lo divino, te habrás ido al futuro.

Tu mente está siempre yéndose al futuro. Este movimiento de la mente al futuro es el deseo. El deseo no tiene que ver con ningún objeto, con si deseas sexo o deseas meditación: eso da igual. Lo que cuenta es desear, que deseas. Eso significa que no estás aquí. Significa que no estás en el momento real, y el momento presente es la única puerta a la existencia. El pasado y el futuro no son puertas, sino muros.

De manera que no puedo llamar espiritual a ningún deseo. El deseo en sí es mundano. El deseo es del mundo. No hay ningún deseo espiritual; no puede haberlo. Eso es un truco de la mente, un engaño. No quieres dejar de desear, de modo que cambias de objeto. Primero estabas deseando riqueza, prestigio, poder. Ahora dices que no deseas y que esas son cosas mundanas. Las condenas, y condenas a los que las desean. Ahora deseas a Dios, el reino de Dios, el *nirvana*, *moksha*, lo eterno, *sat-chit-anand*, el *Brahma*. Ahora deseas esto, y te sientes muy bien. Piensas que estás transformado, pero no has hecho nada. Sigues siendo el mismo.

Sólo estás haciendo trucos contigo mismo, y ahora estás en un embrollo aún mayor, porque piensas que esto no es desear. Sigues siendo el mismo. La mente sigue siendo la misma; el funcionamiento de la mente sigue siendo el mismo. Todavía no estás aquí. Los objetos del deseo han cambiado, pero sigues yéndote y soñando, y el soñar es el deseo..., no el objeto del deseo.

Así que intenta comprenderme. Digo que todo deseo es mundano porque el deseo es el mundo. De modo que no es cuestión de cambiar de deseo, no es cuestión de cambiar de objetos. Es cuestión de una mutación, de una revolución del deseo al no-deseo; del deseo al no-deseo, no de los viejos deseos a deseos nuevos, no de deseos mundanos a deseos de otro mundo, de deseos materiales a deseos espirituales, ¡no! ¡La revolución es del deseo al no-deseo!

Pero ¿cómo ir del deseo al no-deseo? Sólo puedes ir si hay

algún deseo. Si hay algún aliciente de ganancia, alguna ventaja, algún beneficio sólo entonces puedes ir del deseo al no-deseo, entonces no te estás moviendo en absoluto que con el no-deseo alcanzarás la dicha. Eso es cierto -que con el no-deseo sucede la dicha eterna-, pero si te digo que con el no-deseo, obtendrás la felicidad eterna, lo convertirás en objeto de deseo, y entonces no habrás entendido nada en absoluto.

No es un resultado, sino una consecuencia una comprensión profunda. De modo que trata de comprender que con deseo hay desdicha, no pienses que ya lo sabes. No lo sabes; de lo contrario ¿cómo es que entras en el deseo? Todavía no has tomado consciencia de que el deseo es desdicha, el deseo es el infierno. ¡Sé consciente! Cuando desees algo, sé consciente. Entonces entra en el deseo con completa alerta, y entonces llega el infierno.

Todo deseo conduce a la desdicha, se satisfaga o no. Si se satisface, llega antes; si no se satisface tarda más; pero todo deseo conduce a la desdicha. Estate alerta a todo el proceso, y muévete. No hay prisa, porque no se puede hacer nada de prisa, y el crecimiento espiritual no es posible con cosas. Muévete lentamente, pacientemente. En cada deseo y luego observa cómo cada deseo se convierte en una puerta al infierno. Si permaneces alerta, tarde o temprano te darás cuenta de que el deseo es el infierno. En el momento en que se toma consciencia, no habrá deseo. De pronto, los deseos desaparecerán, y estarás en un estado de no-deseo. No digo ausencia de deseo, simplemente «no-deseo».

No puedes practicarlo; recuerda: sólo los deseos pueden ser practicados. ¿Cómo vas a practicar el no-deseo? No puedes practicarlo; sólo puedes practicar los deseos. Pero si estás alerta tomarás consciencia de que llevan a la desdicha, cuando cada deseo lleva a la desdicha, cuando esto se vuelve una toma de consciencia para -no una mera opinión y conocimiento, sino el hecho de que has tomado consciencia-, desear desaparece, se vuelve imposible. ¿Cómo vas a llevarte a ti mismo a la desdicha? Siempre estás llevándote a la felicidad -pensando que lo estás haciendo- y estás siempre entrando en la desdicha. Esto ha estado sucediendo durante vidas y vidas. Siempre piensas que esto o aquello es la puerta al cielo, y cuando has entrado te has

dado cuenta de que es el infierno. Y esto ha sido así sin excepción; siempre es así.

Entra con atención en cada deseo, y deja que cada deseo te lleve a la desdicha. Entonces, de pronto, un día te sucederá la madurez, te sucederá esta madurez: te darás cuenta de que todo deseo es desdicha.

En el momento en que te das cuenta de ello, dejas de desear. Ya no hay necesidad de hacer nada; simplemente, los deseos cesan, se desvanecen, y estás en un estado de no-deseo. En ese no-deseo está el *nirvana*, está la dicha perfecta, absoluta. Puedes llamarla Dios, el reino de Dios o lo que quieras llamarla, pero recuerda bien que no es un resultado de tus deseos. Es una consecuencia de no desear, y no desear no puede ser practicado.

Los que «practican» no desear se están engañando a sí mismos. Hay muchos por todo el mundo *-bhikkus, sanniyasins-* que están practicando no desear. No puedes practicar no desear; ninguna cosa negativa puede ser practicada. Por debajo, están deseando, están anhelando a Dios: la paz que sucederá, la dicha que les está esperando en algún momento futuro más allá de la muerte. Están deseando; sólo que llaman a su deseo «deseo espiritual».

Puedes engañarte a ti mismo muy fácilmente. Las palabras son muy engañosas y puedes racionalizar. A un veneno lo llamas «ambrosía», y cuando lo llamas ambrosía, parece ambrosía. Las palabras hipnotizan; eso es una cosa. Pero esta percepción, esta toma de consciencia de que el deseo es desdicha, debe ser tuya.

Mary Stevens ha escrito en alguna parte que estaba de visita en casa de una amiga, y la hija de su amiga era ciega. Mary Stevens estaba muy asombrada, porque la niña decía cosas como: «Es feo, no me gusta», y «El color de este vestido es muy bonito».

Como era ciega, Mary Stevens le preguntó: «¿Cómo notas que alguien es feo y que un color es bonito?».

La niña dijo: «Mis hermanas me lo dicen.» Esto es conocimiento.

Buda ha dicho que el deseo es desdicha y tú sigues repitiéndolo. Esto es conocimiento, y tú nunca has visto que el deseo es desdicha. Simplemente le has oído a Buda. Esto no sirve. Simplemente estás desperdiciando tu vida y la oportunidad.

Tu propia experiencia puede transformarte; ninguna otra cosa transforma. El conocimiento no puede ser prestado. Si es prestado, es falso. Parece conocimiento, pero no lo es. Pero ¿por qué seguimos a un Buda o a un Jesús...? ¿Por qué? Debido a nuestra avaricia. Miramos los ojos de Buda y están tan llenos de paz que surge la avaricia, surge el deseo de lograr eso. Buda es muy dichoso: en éxtasis en todo momento. Surge un deseo de ser como Buda. Nosotros también deseamos semejantes estados.

Entonces seguimos preguntando cómo consiguió esto Buda, cómo sucede. El «cómo» crea muchos problemas, porque entonces Buda dirá que sucede en el «no-deseo». Y tiene razón, *ha* sucedido en el no-deseo. Pero cuando oímos que sucede en el no-deseo, empezamos a practicar el no-deseo, empezamos a dejar los deseos, y todo el esfuerzo es un deseo de ser como Buda.

Buda no estaba intentando ser como otra persona; no estaba pidiendo ser un buda. Simplemente estaba intentando comprender su propia desdicha..., y cuanto más comprensión tuvo, más desapareció la desdicha. Entonces, un día llegó a comprender que el deseo es veneno. Si tienes deseo, eres víctima de él; ahora no hay ninguna posibilidad de que seas feliz alguna vez. Sólo puedes tener esperanza..., tener esperanza y frustración; luego más esperanza y más frustración: éste será tu círculo. Y cuando estás más frustrado, tienes más esperanza, porque ese es el único consuelo. Sigues yéndote al futuro porque en el presente siempre tienes frustración, y la frustración llega debido a tu pasado.

En el pasado, este presente era el futuro, y tú tenías puesta tu esperanza en él. Ahora es una frustración. Entonces vuelves a poner la esperanza en el futuro, y cuando se vuelva presente, volverás a frustrarte. Entonces volverás a tener esperanza. Entonces, más frustración, más esperanza, y con más esperanza, aún más frustración. Es un círculo vicioso. Esto es la rueda del *sansara*.

Pero ningún buda puede darte sus propios ojos. Y es bueno que no pueda dártelos; de lo contrario, seguirás siendo falso siempre, eternamente. Entonces nunca serás auténtico. Es bueno sufrir, porque sólo mediante el sufrimiento te volverás auténtico y

real. Así que lo primero: entra en tus deseos para poder comprender lo que realmente son. Padece el sufrimiento que esté oculto ahí. Deja que te sea revelado. Sólo eso es austeridad, sólo eso es *tapascharya*.

Naropa ha dicho que si puedes estar alerta, todo deseo te lleva al *nirvana*, y esto es lo que quiere decir, porque si estás alerta, sabes que todo deseo es desdicha. Y cuando has explorado todos los rincones y resquicios del deseo, de pronto te paras. En esa parada está el suceso, y siempre está ahí. Ese suceso está siempre esperándote, esperando encontrarte en el presente. Pero tú nunca estás en el presente; siempre estás soñando. La realidad te sustenta; estás vivo porque eres real, existes debido a lo real. Pero sigues yéndote a lo irreal. Lo irreal es muy hipnotizante.

He oído un chiste judío. Dos viejos amigos se encontraron después de muchísimos años. Entonces un amigo le dijo al otro: «No te he visto en veinticinco años. ¿Cómo está tu chico, tu hijo Harry?».

El otro dijo: «Eso es un hijo. Es un gran poeta.

En todo el país se oye su voz, se cantan sus canciones, y los que entienden de poesía dicen que tarde o temprano le darán el Premio Nobel».

El otro amigo dijo: «¡Maravilloso! y hablan de tu segundo hijo, Benny. ¿Cómo está?».

El amigo dijo: «Estoy muy contento con mi segundo hijo. Es un líder, un gran líder político. Tiene miles y miles de seguidores, y estoy seguro de que tarde o temprano va a ser el primer ministro de este país».

Entonces el amigo dijo: «¡Caray! ¡Qué afortunado eres! ¿Y qué hay de tu tercer hijo, Izzie?».

El padre se puso muy triste y dijo: «¿Izzie? Izzie no ha cambiado. Es sastre. Pero te aseguro que si no fuera por Izzie estaríamos todos muriéndonos de hambre».

Pero el padre estaba triste porque Izzie es sólo un sastre. Y el poeta y el gran político, el gran líder... son sueños. Izzie es la realidad..., el sastre. «Pero si no fuera por Izzie, estaríamos todos muriéndonos de hambre», dijo.

No podrías existir si no fuera por este momento. *Eso* es real. Pero nunca estás contento con él. Eres feliz en tus sueños del futuro sobre premio Nobel, primeros ministros... Ahora mismo,

«Izzi, es sólo sastre». Tu realidad está donde estás enraizado; tus sueños no son tu base. Son falsos. Acepta tu realidad en el momento presente. Percíbela afrontala sea la que sea, y no dejes que la mente se vaya al futuro. El futuro es deseo. Si puedes estar aquí y ahora, eres un buda. Si no puedes estar aquí y ahora, entonces todo es sólo un sueño.

Y tendrás que volver, porque los sueños no pueden llevarte a ninguna parte. Sólo pueden llevarte a la esperanza y la frustración, pero nada real sucede mediante ellos. Pero recuerda lo que dije de que no puedes imitar. Tendrás que pasar por el sufrimiento. El sufrimiento es el camino. Te purifica, te pone alerta, te hace consciente. Cuando más consciente eres, menos lleno de deseos estás. Si eres perfectamente consciente, no sucede ningún deseo, y la meditación no es otra cosa que consciencia perfecta.

Segunda pregunta:

Por favor, explica cómo es posible que uno pueda transformarse espiritualmente siendo total en acciones que son de ira, odio y violencia.

Sí, puedes transformarte totalmente mediante la ira, mediante el odio, mediante la violencia. Y no hay otra manera, porque existes en la violencia, en la ira, en la avaricia, en la pasión. Donde existes, *sólo* ahí, comienza el camino. No te diré que crees no-avaricia contra tu avaricia; te diré que seas avaricioso totalmente, pero con total alerta mental; que seas violento, que te enfades, pero que seas total para que sufras totalmente, para que percibas todo su veneno. Tienes que pasar por el fuego. Nadie más puede pasar por ti; no es posible ningún representante. Tendrás que pasar por ello, y siempre piensas que lo hará algún otro.

Los cristianos siguen pensando que hay salvación a través de Jesús. Aún no ha sucedido. El mundo sigue igual. Han pasado dos mil años desde que Jesús fue crucificado, pero seguimos esperando que alguna otra persona sufra y alcancemos la dicha. ¡No! Cada uno tiene que llevar su propia cruz. Jesús fue crucificado; él alcanzó su objetivo. Tú no puedes alcanzarlo. Tú tendrás que

pasar por esa crucifixión tú mismo. Y ésta es la crucifixión: que tienes ira, que tienes pasión, que tienes violencia, que tienes avaricia, que tienes celos.

¿Qué vas a hacer con ellos? La sociedad te enseña a crear el polo contrario, tienes avaricia, así que reprímela y crea una mente no avariciosa. Tienes ira, así que reprímela. No te enfades. Empuja hacia atrás la energía y sonríe. ¿Qué sucede?

La ira se va acumulando dentro de ti, y te vas volviendo cada vez más irascible, porque cada vez se va acumulando más energía por dentro como ira... reprimida. Se convierte en un depósito inconsciente, y contra esta ira sigues sonriendo. Esa sonrisa se vuelve falsa, porque cuando la ira está llamando a la puerta por dentro, ¿cómo vas a poder sonreír? Puedes sonreír, pero entonces será una sonrisa falsa.

De modo que estás dividido en dos: una sonrisa falsa y una ira real. La sonrisa falsa se vuelve tu personalidad, y la ira real sigue siendo tu alma. Estás dividido contra ti mismo, y habrá una lucha constante. Y no puedes ser feliz con la sonrisa falsa. No engañas a nadie. No puedes ser feliz con una ira real escondida detrás y tratando siempre de salir. Una sonrisa falsa y una ira real: ésta es la situación. Todo lo que es bueno es falso y todo lo que es malo es real. Lo real lo llevas dentro y lo falso lo muestras por fuera. Esto es esquizofrénico, y todo hombre se ha vuelto esquizofrénico, dividido; no sólo dividido, sino luchando constantemente consigo mismo. Toda la vida y la energía se malgasta y se disipa en esta lucha. Y la lucha es estúpida, pero esto es lo que está sucediendo.

Lo que estoy sugiriendo es que no crees ninguna falsedad en torno a ti. Lo falso nunca te llevará a lo real; lo falso te llevará a más falsedad. No hagas lo falso, y permite que lo real se exprese totalmente. Cuando digo esto, puede que te asustes, porque tienes violencia y puede que quieras matar a alguien. Así que ¿quiero decir que vayas y mates? ¡No! Medita con ello. Cierra tu habitación y deja que llegue tu violencia. Puedes expresarla con una almohada, con una foto, con cualquier cosa. No hay necesidad de ir a matar a alguien, porque eso no va a ayudar. Eso creará más problemas y una cadena.

En la almohada, escribe el nombre de tu enemigo o de tu amigo..., y recuerda: estamos más furiosos con nuestros amigos

que con nuestros enemigos. Pon una foto de tu mujer o de tu marido sobre una almohada, y saca tu violencia. Golpea la almohada, mata la almohada, y haz todo lo que te surja. Y no tengas la sensación de que estás haciendo algo estúpido. Esto es lo que quieres hacer con el objeto real, y eso será más estúpido. No pienses que esto es una tontería. *Así* es como eres; eres tonto, y no puedes cambiarlo con sólo reprimirlo. Mira esta tontería, ve que así es como eres. Permítete una expresión total; manifiéstalo todo en acción. Y si puedes ser real, tomarás consciencia: por primera vez de la ira, de la violencia que hay escondida dentro de ti. Eres un volcán, y esto puede hacer erupción de ti en cualquier momento.

En cualquier situación, el volcán puede hacer erupción. Está haciendo erupción todos los días. Alguien mata a alguien, y sólo un día antes era tan normal como tú. Nadie había sospechado nunca que iba a ser un asesino. Nadie sospecha de ti, y has tenido tantos pensamientos de asesinar en tu mente... Lo has pensado, lo has planeado muchas veces. Has tenido la idea de asesinar a alguien o de matarte a ti mismo. Te ha sucedido si no eres absolutamente idiota. Los psicólogos dicen que un hombre inteligente está abocado a pensar en suicidarse al menos diez veces en su vida -¡al menos diez veces!-, y piensas diez mil veces en asesinar a alguien. Nunca lo haces; eso es otra cosa. Pero puedes hacerlo; la posibilidad siempre está ahí.

Haz de tu ira un acto total en la meditación, y entonces ve qué sucede. Notarás que llega de todo tu cuerpo. Si lo permites, entonces cada una de las células de tu cuerpo estará en ello. Cada poro, cada fibra de tu cuerpo se volverá violenta. Todo tu cuerpo estará en una situación loca. Te volverás loco, pero permítelo, y no te refrenes. Muévete con el río, y cuando el ciclón haya terminado, sentirás por vez primera un centro profundo dentro de ti. Sucederá una calma sutil. Cuando la ira se haya ido, no habrá arrepentimiento, porque no se lo has hecho a nadie. No habrá culpabilidad. Te habrás desahogado. Cuando se expulsa esta ira y llega el silencio, ese silencio es real, no forzado.

Te puedes sentar como un buda en *padmasaríá*, en una postura yóguica. Puedes forzarte a ti mismo; pero el mono interno sigue saltando. Ahora sólo el cuerpo está inmóvil. La mente está más loca que nunca. Siempre que te sientas a

meditar, notas lo que está sucediendo. Nunca tienes tanto ruido por dentro como cuando estás meditando así que ¿por qué hay tanto ruido siempre que meditas? ¿Por qué se pone la mente tan errante? ¿Por qué llegan tantos pensamientos en una nube? Es porque tu cuerpo está inmóvil, y a través de esta inmovilidad de tu cuerpo puedes notar más los aspavientos de la mente. Hay contraste.

Pero el silencio forzado no sirve para nada. O no lo conseguirás, o si lo consigues, te dormirás. Un silencio forzado, si se consigue, hace que te duermas. Es bueno por lo que concierne a dormir; de otra forma, es inútil. Un silencio real sucede sólo cuando alguna energía contenida se suelta totalmente. La perturbación se debía a esa energía contenida. Esa energía sometida estaba tratando de hacer erupción; ese era el problema, esa era la perturbación interna. Cuando se suelta, te desahogas.

Entonces todas las fibras de tu ser se relajan.

En esa relajación puedes decir que estás en un estado de no-ira. No es contra la ira; es simplemente ausencia de ira. Recuerda: lo real es siempre la ausencia, no lo opuesto: ¡no lo opuesto! Es siempre la ausencia -una ausencia de avaricia, una ausencia de sexo, una ausencia de celos -, pero en esa ausencia, tu realidad florece porque la enfermedad se ha ido. Ahora puede florecer tu salud interna. Y una vez que empiece a florecer, no acumularás ira. Sólo acumulas ira porque te estás perdiendo a ti mismo.

En realidad, no estás enfadado con nadie más; estás enfadado dentro de ti mismo. Pero sigues proyectando esa ira en los demás; de lo contrario te volverás loco, así que sigues encontrando excusas. En realidad, estás enfadado porque te estás perdiendo a ti mismo, te estás perdiendo tu destino. Lo que es posible para ti no está sucediendo, y por eso estás enfadado. No te está sucediendo nada, y el tiempo sigue pasando. La muerte se está acercando, y tú sigues tan insatisfecho como siempre, y no parece haber ninguna posibilidad de que alcances la plenitud. Debido a esto, debido a que no estás realizando tus potencialidades, debido a que no has llegado a ser lo que puedes llegar a ser, estás enfadado, lleno de violencia. Y entonces sigues encontrando excusas.

Arrojas tu ira a esto, a aquello. En realidad, no es una

cuestión de ira, y si lo haces una cuestión de ira, tu diagnóstico será erróneo. Es una cuestión de autorrealización. ¿Por qué es uno violento? ¿Por qué es uno destructivo? Porque estás enfadado consigo mismo, con tu mismo ser; porque es. Y entonces sientes que está contra el mundo entero.

Un buda es silencioso, no-violento, no porque lo haya practicado, sino porque ahora se ha realizado a sí mismo. Ahora la flor ha llegado a su florecimiento total, de modo que no queda nada por liberar. Está colmado. Queda un simple agradecimiento a la existencia. Ya no hay ninguna queja; nada está mal. Cuando floreces realmente, todo está bien; todo es bueno. Debido a esto, Buda no es un revolucionario. Para ser ¡un revolucionario, debes poder ver desdicha, debes poder sentir todo el lío que te rodea, el infierno. Para ser un revolucionario, debes tener la sensación de que todo está mal. Sólo entonces eres un revolucionario. Buda estuvo aquí, en este país, Mahavira estuvo aquí, en este país, pero no fueron revolucionarios. ¿Por qué? Surge la pregunta: ¿por qué?

Cuando uno está a gusto consigo mismo, todo es bueno. No puede ser destructivo, sólo puede ser creativo. Su revolución sólo puede ser creativa, y tú no puedes ver nada creativo. Cuando alguien destruye algo..., sólo entonces es noticia; sólo entonces puedes usarlo.

A un Lenin se le ve como un revolucionario, no como un buda. Ahora hay revolucionarios por todo el mundo, y su número sigue creciendo. ¿Y la razón...? Es porque cada vez menos personas realizan su potencial. Son violentas y quieren destruir; porque si no hay sentido en sus vidas, ¿cómo van a sentir que hay sentido en las vidas de los demás? Un Mahavira es incluso consciente para evitar matar un insecto, para ni siquiera matar un mosquito, porque, se ha realizado a sí mismo. Ahora sabe lo que es posible incluso para un mosquito. Un mosquito no es sólo un mosquito; es una posibilidad. Hay ahí una posibilidad infinita: este mosquito puede volverse divino. No puede destruirlo; es imposible. Sólo puede ayudar. Lo único que le interesa es cómo ayudar a que el potencial se vuelva real.

Sois sólo semillas. Hay un gran destino oculto, pero nada está siendo realizado. El potencial está siendo desaprovechado; la semilla sigue siendo una semilla. Sentís ira. La generación

moderna está mucho más enfadada que las viejas generaciones, porque hay más consciencia de la posibilidad y menos realización. Ahora la nueva generación sabe qué es posible, mucho más que la vieja generación. Esta generación sabe que muchas cosas son posibles. Pero no está sucediendo nada, y nada se está realizando, de modo que hay más frustración. Si no puedes ser creativo, al menos puedes ser destructivo; notas tu poder siendo destructivo. La ira, la violencia, son fuerzas destructivas. Están presentes porque no lo está la creatividad.

No estés en contra de ellas. Mejor, ayúdalas a salir. No las reprimas; deja que se evaporen de ti. Entonces, lo que piensas que es lo opuesto está presente. Cuando se hayan evaporado, de pronto, te darás cuenta de que hay silencio, de que hay amor, de que hay compasión. No tienen que ser cultivados. Son sólo como un riachuelo oculto en las rocas. Retiras las rocas y el riachuelo empieza a fluir. El riachuelo no está en contra de las rocas, no es lo opuesto de las rocas. Con sólo la ausencia de las rocas, sucede la abertura y el riachuelo comienza a fluir.

El amor está en ti como un riachuelo, la ira está en ti como una roca. Retírala. Pero sigues forzándola a que se quede dentro, cada vez más dentro. Entonces estás forzando también al riachuelo a ir cada vez más dentro. Tira esta roca. No hay necesidad de golpear a nadie con ella. Quieres golpear a alguien porque no sabes cómo tirarla sin golpear a nadie. Esto es lo que estoy enseñando: a tirarla sin golpear a nadie. No es necesario golpear a nadie. Y si puedes tirar esta roca sin golpear a nadie, todos se beneficiarán con ello. Puede que no estés tirándola a la cabeza de nadie, pero estaba siempre ahí y los demás lo notan.

Cuando estás enfadado, independientemente de cómo la reprimas, tu ira se nota. Vibras en ella; hay una tristeza sutil en torno a ti. Todo el mundo se da cuenta de que ha entrado alguna enfermedad. Todo el mundo quiere dejarte; te vuelves repulsivo. Tu actitud misma te da un mal olor. Puede que no seas consciente, pero los bioquímicos dicen que cuando alguien está enamorado o enfadado o en un estado sexual, se desprenden del cuerpo olores distintos; realmente, no metafóricamente. Cuando estás enfadado, emana de tu cuerpo un mal olor. Cuando estás enamorado, la cualidad es diferente. En la pasión sexual, se desprende un olor diferente.

Los animales se sienten atraídos por el olor; porque cuando la hembra está dispuesta, se desprende un olor sutil de sus glándulas sexuales y el macho se siente atraído. Sin ese olor, la hembra no está lista. Por eso ves a los perros oliéndose: pueden oler el sexo. Si estás sexual, tú también estás emanando un olor sutil. Si estás enfadado, también entonces..., porque se desprenden sustancias químicas diferentes en el sistema sanguíneo. Puede que nadie lo note conscientemente, pero inconscientemente todo el mundo lo nota. Eres una carga..., repulsivo, destructivo. Expulsa este veneno de tu sistema.

Así que recuerda esto: es bueno expulsarlo en un espacio vacío. Y el cielo es lo suficientemente grande; no te lo devolverá. Simplemente lo absorberá, y te habrás desahogado. Así que hazlo todo meditativa y totalmente, incluso la ira, incluso la violencia, incluso el sexo. Es fácil concebir cómo estar enfadado a solas, pero también puedes crear una orgía sexual a solas meditativamente. Y tu cualidad será diferente después de eso.

Cuando estés a solas, cierra tu habitación y haz como si estuvieras entrando en el acto sexual. Deja que todo tu cuerpo se mueva. Salta y grita; haz todo lo que tengas ganas de hacer. Hazlo totalmente. Olvídate de todo: de las inhibiciones sociales, etc. Entra en el acto sexual a solas meditativamente, pero pon toda tu sexualidad en ello.

Con la otra persona, la sociedad siempre está presente, porque la otra persona está presente. Y es muy difícil estar en un estado de amor profundo tal que te sientas como si la otra persona no estuviera presente. Sólo en un estado de amor muy profundo, en una intimidad muy profunda, es posible estar con tu amante o amada *como* si él o ella no estuviera.

Esto es lo que significa la intimidad: que estás como si estuvieras solo, sin miedo al otro, estando tu amante o amada en la habitación; entonces puedes entrar en el acto sexual totalmente; de lo contrario, el otro es siempre una presencia cohibidora. La otra persona te está mirando: «¿Qué va a pensar ella? ¿Qué va a pensar él? ¿Qué estás haciendo? ¿Comportándote como un animal?».

Estuvo aquí una señora hace unos pocos días. Vino a quejarse de su marido. Dijo: «No puedo soportarlo. Siempre que me ama, empieza a comportarse como un animal».

Cuando el otro está presente, el otro te está mirando: «¿Qué estás haciendo?». Y te han enseñado que hay algunas cosas que no deben hacerse. Te cohibe; no puedes actuar totalmente.

Si realmente hay amor, entonces puedes actuar como si estuvieras solo. Y cuando dos cuerpos se hacen uno, tienen un solo ritmo. Entonces se ha perdido la dualidad, y el sexo puede desatarse totalmente. Y no es como la ira; la ira siempre es fea, pero el sexo no siempre es feo. A veces es lo más bello que hay..., pero sólo a veces. Cuando la unión es perfecta, cuando los dos se vuelven un solo ritmo, cuando sus respiraciones se han vuelto una, y su *prana*, su energía, fluye en un círculo, cuando los dos han desaparecido completamente y los dos cuerpos se han vuelto una totalidad, cuando lo negativo y lo positivo, lo masculino y lo femenino, ya no están ahí, entonces el sexo es lo más bello que hay. Pero eso no es siempre así.

Si no es posible, puedes llevar tu acto sexual a un clímax de frenesí y locura estando a solas, en un estado meditativo. Cierra la habitación, medita con ello, y deja que tu cuerpo se mueva como si no lo estuvieras controlando. ¡Abandona todo control!

Los cónyuges pueden ser muy útiles, y particularmente en el tantra: tu mujer, tu marido, tu amiga o tu amigo puede ser muy útil si ambos estáis experimentando profundamente. Entonces permitid cada uno un descontrol total. Olvidad la civilización, como si nunca hubiera existido; volved al Jardín del Edén. Tirad esa manzana..., el fruto del árbol de la ciencia. Sed Adán y Eva en el Paraíso antes de que fueran expulsados. ¡Regresad! Sed inocentes como animales, y manifestad vuestra sexualidad en su totalidad. No volveréis a ser los mismos.

Sucedrán dos cosas. La sexualidad desaparecerá. Puede que el sexo permanezca, pero la sexualidad desaparecerá completamente. Y cuando no hay sexualidad, el sexo es divino. Cuando no hay ansia cerebral, cuando no estás pensando en ello, cuando se ha vuelto una simple participación -un acto total, un movimiento de todo tu ser, no sólo de la mente-, es divino. Primero desaparecerá la sexualidad, y luego puede que también desaparezca el sexo, porque una vez que conoces su núcleo más profundo, puedes alcanzar ese núcleo sin sexo.

Pero no has conocido ese núcleo más profundo, así que ¿cómo vas a alcanzarlo? El primer vislumbre llega mediante el sexo total.

Una vez que lo conoces, el camino se puede recorrer también de otras maneras. Simplemente mirando una flor puedes estar en el mismo éxtasis en el que estás cuando te unes con tu pareja en un clímax. Simplemente mirando las estrellas puedes entrar en él.

Una vez que conoces el camino, sabes que está dentro de ti. Tu pareja sólo te ayuda a conocerlo, y tú le ayudas a conocerlo. ¡Está dentro de ti! El otro era sólo una provocación. El otro era sólo un desafío para ayudarte a conocer algo que siempre estuvo dentro de ti.

Y esto es lo que está sucediendo entre un maestro y un discípulo. El maestro sólo puede ser un desafío para ti, para mostrar lo que siempre ha estado oculto en ti. El maestro no te está dando nada. *No puede* dar; no hay nada que dar. Y todo lo que se puede dar no merece la pena, porque será sólo una cosa.

Lo que no puede darse, sino que sólo puede provocarse, merece la pena. Un maestro sólo está provocándote. Te desafía para ayudarte a llegar a un punto en el que puedas caer en la cuenta de algo que ya está ahí. Una vez que conoces eso, no hay necesidad de un maestro.

Puede que el sexo desaparezca, pero primero desaparece la sexualidad. Entonces el sexo se vuelve un acto puro, inocente; entonces el sexo también desaparece. Entonces hay *brahmacharya*, celibato. No es lo opuesto al sexo; es sólo su ausencia. Y recuerda esta diferencia. De esto no eres consciente.

Las viejas religiones siguen condenando la ira y el sexo como si ambas cosas fueran lo mismo o como si ambas pertenecieran a la misma categoría. ¡No es así! La ira es destructiva; el sexo es creativo. Todas las viejas religiones siguen condenándolos de manera similar, como si la ira y el sexo, la avaricia y el sexo, los celos y el sexo fueran similares. ¡No lo son! Los celos son destructivos, *¡siempre!* Nunca son creativos; nada puede resultar de ellos. La ira siempre es destructiva, ¡pero eso no es así con el sexo! El sexo es la fuente de la creatividad. Lo divino lo ha usado para la creación. La sexualidad es como los celos, la ira y la avaricia: siempre es destructiva. El sexo, no; pero no conocemos el sexo puro; sólo conocemos la sexualidad.

Una persona que mira una foto pornográfica o alguien que va a ver una película de orgías sexuales, no está buscando sexo; está buscando sexualidad. Hay dos personas que conozco que no

pueden hacer el amor con sus mujeres a menos que primero escudriñen alguna revista o libros o fotos pornográficas. Cuando ven estas imágenes, se excitan. La esposa real no es nada para ellos. Una foto, un desnudo, les resulta más excitante. Esa excitación no está en el vientre; esa excitación está en la mente, en la cabeza.

El sexo transferido a la cabeza es sexualidad; pensar en ello es sexualidad. Vivirlo es otra cosa, y si puedes vivirlo, puedes trascenderlo. Cualquier cosa vivida totalmente te lleva más allá. Así que no le tengas miedo a nada. *¡Vívelo!* Si piensas que es destructivo para los demás, entra en ello a solas, no lo hagas con otros. Si piensas que es creativo, entonces encuentra un compañero, encuentra un amigo. Formad una pareja, y entrad en ello totalmente. Si todavía notas que la presencia del otro es cohibidora, entonces puedes hacerlo a solas.

Última pregunta:

¿Sueña alguna vez una persona iluminada? ¿Puedes decirnos algo sobre la cualidad y la naturaleza del dormir de una persona iluminada?

No, una persona iluminada no puede soñar. Y si te gustan mucho los sueños, no te ilumines. ¡Cuidado! Soñar forma parte de dormir. Lo primero es que para que suceda el sueño tienes que dormirte. Para tener sueños corrientes, tienes que dormirte. Dormido te vuelves inconsciente. Cuando estás inconsciente, pueden suceder los sueños. Sólo suceden cuando estás inconsciente.

Una persona iluminada está consciente incluso dormida. No puede volverse inconsciente. Incluso si le das un anestésico -cloroformo o algo por el estilo- sólo su periferia se duerme. Él permanece consciente; su consciencia permanece consciente.

Krishna dice en el Gita que mientras todos están dormidos, el yogui está despierto. No es que los yoguis no se vayan a dormir por la noche ellos también duermen, pero su dormir tiene una cualidad diferente. Sólo sus cuerpos duermen, entonces su dormir es bello. Es un descanso.

Tu dormir no es un descanso. Puede incluso que sea un gran

esfuerzo, y puede que por la mañana te sientas más exhausto de lo que te sentías por la noche. Toda la noche durmiendo y por la mañana te sientes más exhausto... ¿Qué está pasando? ¡Eres un milagro!

Pasaste toda la noche en una agitación interna. Tu cuerpo no estuvo en reposo porque la mente estaba muy activa. Y la actividad de la mente supone necesariamente un gran esfuerzo para el cuerpo, porque sin el cuerpo, la mente no puede actuar. La actividad de la mente significa una actividad paralela para el cuerpo, de modo -que durante toda la noche tu cuerpo está moviéndose y está activo. Es por eso por lo que te sientes más cansado por la mañana.

¿Qué significa que alguien se ilumina? Significa una cosa: ahora es perfectamente consciente independientemente de lo que pase por su mente él es consciente. Y en el momento en que eres consciente, ciertas cosas cesan completamente. Cesan sólo mediante la consciencia. Es como si esta habitación estuviera oscura y traes una vela la oscuridad desaparecerá. No todo desaparecerá, estas estanterías seguirán aquí, y si estamos sentados aquí, seguiremos aquí. Al traer la vela, sólo desaparece la oscuridad.

Cuando alguien se ilumina, tiene una luz interna. Esa luz interna es la consciencia. Mediante esta consciencia, el dormir desaparece..., nada más. Pero como el dormir desaparece, la cualidad de todo cambia. Ahora, todo lo que vaya a hacer lo hará en su alerta perfecta, y lo que necesita la inconsciencia, como requisito previo ahora se vuelve imposible.

No puede estar enfadado; no porque haya decidido no estar enfadado: *no puede* estar enfadado.

La ira sólo puede existir cuando eres inconsciente. Ahora no hay inconsciencia, así que no está la base, y la ira no es posible. No puede odiar; el odio existe sólo cuando eres inconsciente. Se vuelve amor; no porque lo haya decidido. Cuando hay luz, cuando hay consciencia, el amor fluye; es natural. Soñar se vuelve imposible porque el sueño requiere, ante todo, inconsciencia, y él no está inconsciente.

El discípulo de Buda, Ananda, le dijo, después de dormir y vivir en la misma habitación, en el mismo sitio que Buda: «Esto es un milagro; esto es muy extraño. Nunca te mueves cuando

estás dormido». Buda permanecía siempre en la misma postura toda la noche. De la manera en que se dormía al principio, así se despertaba, y su mano permanecía en el sitio exacto en el que la puso.

Puede que hayas visto la imagen de Buda dormido. Su postura se llama «la postura yacente». Permanecía en esta misma postura toda la noche. Ananda le observó durante años. Siempre que miraba a Buda durmiendo, estaba igual toda la noche. Así que Ananda le preguntó: «Dime, ¿qué haces toda la noche? Permaneces en una postura...».

Se cuenta que Buda dijo: «Sólo me moví una vez estando dormido, pero entonces no era un buda. Justo antes, justo unos días antes de que sucediera la iluminación, me moví estando dormido. Pero entonces de pronto tomé consciencia y me pregunté: "¿Por qué me estoy moviendo?". Me moví inconscientemente, sin darme cuenta. Pero después de la iluminación no es necesario. Si quiero, me puedo mover, pero no es necesario. Y el cuerpo está tan relajado...».

La consciencia penetra incluso en el dormir. Pero puedes tener una postura fija toda la noche y no estarás iluminado. Puedes practicarlo; no es difícil. Puedes forzarte a ti mismo; entonces en unos pocos días serás capaz de hacer esto. Pero no se trata de eso. Si ves a Jesús moviéndose, no pienses: «¿Por qué se mueve?». Depende. Si Jesús se mueve mientras está dormido, está consciente. Si quiere moverse, se mueve.

Conmigo sucede justo lo contrario. Antes de alcanzar la consciencia, dormía siempre en la misma postura toda la noche. No recuerdo haberme movido nunca. Pero desde entonces me he estado moviendo toda la noche. Incluso cinco minutos en una postura son suficientes para mí. Tengo que moverme una y otra vez. Soy consciente de que, en realidad, esto no es dormir en absoluto. Así que depende. Pero nunca puedes deducir nada desde fuera. Esto es sólo posible desde dentro.

Para un iluminado, la consciencia permanecerá incluso estando dormido, y entonces los sueños no son posibles. Requieren inconsciencia; eso es una cosa. Y requieren experiencias pendientes; eso es lo segundo. Y para un iluminado no hay ninguna experiencia pendiente, ninguna experiencia incompleta. Todo está completo. Ha comido su comida; ahora no

está pensando en volver a comer. Cuando tenga hambre volverá a comer, pero mientras tanto no hay ningún pensamiento referente a comer.

Se ha bañado; ahora no está pensando en el baño de mañana. Cuando llegue el momento, si está vivo, se bañará. Si la situación lo permite, sucederá, pero no hay pensamientos. Hay actos, pero no pensamientos acerca de ellos.

¿Qué estás haciendo tú? Estás ensayando constantemente: estás ensayando para mañana como si fueras un actor y fueras a representar para alguien.

¿Por qué estás ensayando? Cuando llegue el momento, estarás allí.

La persona iluminada vive en el momento, en el acto, y vive tan totalmente que el acto no queda incompleto. Si algo queda incompleto, será completado en un sueño. El sueño es una consumación. Sucede porque la mente no puede permitir que nada quede incompleto. Si algo está incompleto, hay un desasosiego interno. Se pregunta cómo completarlo. Entonces lo completas en un sueño, y te quedas tranquilo. Incluso si se completa en un sueño, para la mente es una relajación.

¿Qué estás soñando? Simplemente estás completando tus actos incompletos, que no pudiste completar durante el día. Durante el día puede que hayas deseado besar a una mujer, y no pudiste hacerlo. Ahora la besarás en tus sueños, y tu mente se sentirá relajada; se liberará bastante tensión.

Tu soñar no es otra cosa que tu estado incompleto, y una persona iluminada está completa. Independientemente de lo que esté haciendo, lo está haciendo tan plenamente, tan totalmente, que no queda nada pendiente. No hay ninguna necesidad de soñar. Soñar por la noche cesará y pensar durante el día cesará.

No es que se vuelva incapaz de pensar. Puede pensar si lo necesita. Si le haces una pregunta, pensará inmediatamente, pero no es necesario ningún ensayo. Tú piensas primero y luego respondes, pero su respuesta es su pensamiento. Él piensa y responde. Eso tampoco está bien dicho, porque, en realidad, no hay ningún intervalo. Es simultáneo. Él piensa en voz alta, pero no hay ningún ensayo, ningún pensamiento, ningún sueño. Él vive la vida. Pensando y soñando te pierdes la vida.

Capítulo 47

Meditación Tántrica usando la Luz

Los Sutras

70 *Considera tu esencia como rayos de luz ascendiendo de centro a centro por las vértebras y así se eleva la energía vital en ti.*

71 *O en los espacios entremedias, percibe esto como un relámpago.*

72 *Percibe el cosmos como una presencia traslúcida eterna.*

El hombre puede ser considerado de tres maneras: desde el punto de vista de lo normal, de lo anormal y de lo supranormal. La psicología occidental se ocupa básicamente de lo anormal, de lo patológico, del hombre que ha caído por debajo de lo normal, que ha caído por debajo de la norma. La psicología oriental, el tantra y el yoga, consideran al hombre desde el punto de vista de lo supranormal: de alguien que ha ido más allá de la norma. Ambos son anormales. El que es patológico es anormal porque no está sano, y alguien que es supranormal es anormal porque está *más* sano que cualquier ser humano normal. La diferencia es de lo negativo y lo positivo.

La psicología occidental se desarrolló como parte de la psicoterapia. Freud, Jung, Adler y otros psicólogos estaban tratando al hombre anormal, al hombre que está mentalmente enfermo. Debido a esto, toda la actitud occidental hacia el hombre se ha vuelto errónea. Freud estudiaba casos patológicos. Por supuesto, ningún hombre sano acudía a él; sólo los que estaban enfermos mentalmente. Él los estudiaba, y debido a ese estudio pensó que ahora comprendía al hombre. Los hombres patológicos no son realmente hombres; están enfermos, y cualquier cosa basada en un estudio de ellos tendrá que ser profundamente errónea y dañina. Esto ha resultado dañino porque el hombre es considerado desde un punto de vista patológico. Si se elige un

estado mental en particular y ese estado es mórbido, patológico, entonces toda la imagen del hombre quedó basada en la enfermedad. Debido a esta actitud, toda la sociedad occidental ha caído: porque el hombre enfermo es la base; lo pervertido se ha convertido en el fundamento.

Y si estudias sólo lo anormal, no puedes concebir ninguna posibilidad de seres supranormales. Un buda es imposible para Freud, inconcebible. Debe ser ficticio, mitológico. Freud sólo ha entrado en contacto con hombres enfermos que ni siquiera son normales, y todo lo que dice sobre el hombre normal está basado en el estudio del hombre anormal. Es como un médico que esté haciendo un estudio. Ninguna persona sana acudirá a él, no hay necesidad. Sólo irá la gente enferma. Estudiando tanta gente falta de salud, crea una imagen del hombre en su mente, pero esa imagen no puede ser del hombre. No puede serlo porque el hombre no es sólo enfermedades. Y si basas tu concepto del hombre en las enfermedades, toda la sociedad sufrirá.

La psicología oriental, especialmente el tantra y el yoga, también tiene un concepto del hombre, pero ese concepto está basado en el estudio de lo supranormal -Buda, Patanjali, Shankara, Nagarjuna, Kabir, Nanak -, en personas que han alcanzado la cumbre de la potencialidad y la posibilidad humanas. Lo más bajo no ha sido considerado; sólo lo más alto. Si consideras lo más alto, tu mente se vuelve una abertura; puedes crecer, porque ahora sabes que son posibles radios de acción más elevados. Si consideras lo más bajo, no es posible ningún crecimiento. No hay desafío. Si eres normal, te sientes feliz. Es suficiente que no estés pervertido, que no estés en un hospital psiquiátrico. Te puedes sentir bien, pero no hay desafío.

Pero si buscas lo supranormal, la posibilidad más alta que puedes alcanzar, si alguien ha llegado a ser esa posibilidad, si esa posibilidad se ha vuelto real en alguien, entonces se abre una opción de crecimiento. Puedes crecer. Se te presenta un desafío, y no necesitas estar satisfecho contigo mismo. Son posibles radios de acción más elevados, y te están llamando. Esto hay que comprenderlo a fondo. Sólo entonces será concebible la psicología del tantra. Lo que eres no es el final. Estás sólo en el medio. Puedes caer, puedes elevarte. Tu crecimiento no ha terminado. No eres el producto final; eres sólo un paso. Algo está creciendo

constantemente en ti.

El tantra concibe y basa toda su técnica en esta posibilidad de crecimiento. Y, recuerda, a menos que llegues a ser lo que puedes llegar a ser, no alcanzarás la plenitud. *Debes* llegar a ser lo que puedes llegar a ser; ¡es indispensable! De lo contrario, estarás frustrado, te sentirás insignificante, te parecerá que tu vida no tiene ningún objetivo. Puedes seguir adelante, pero no puede haber ninguna alegría en ello. Y puede que tengas éxito en muchas otras cosas, pero fracasarás contigo mismo. Y esto está sucediendo. Alguien se hace muy rico y todo el mundo piensa que ahora ha triunfado. Todos excepto él mismo piensan que ha triunfado. Él conoce su fracaso. Tiene riqueza, pero ha fracasado. Eres un gran hombre, un líder, un político. Todo el mundo piensa que ha triunfado, pero ha fracasado. Este mundo es extraño: triunfas a los ojos de todos excepto a los tuyos propios.

Viene gente a mí a diario. Dicen que lo tienen todo, pero ahora ¿qué? Se sienten fracasados, pero ¿en qué han fracasado? Por lo que respecta a las cosas externas, no han fracasado, así que ¿por qué sienten este fracaso? Su potencialidad interna ha quedado en potencia. No han florecido. No han alcanzado lo que Maslow llama «autorrealización».

Son fracasados: fracasados internos, y en última instancia, lo que digan los demás no tiene sentido. Lo que tiene sentido es lo que sientes. Si sientes que eres un fracasado, los demás pueden pensar que eres un Napoleón o un Alejandro Magno, pero da lo mismo. Más bien, te deprime más. Todo el mundo piensa que eres un éxito, y ya no puedes decir que no lo eres; pero sabes que no lo eres. No puedes engañarte a ti mismo. Por lo que respecta a la autorrealización, no puedes engañarte. Tarde o temprano tendrás que apelar a ti mismo y sondear profundamente dentro de ti lo que ha sucedido. La vida ha sido desperdiciada. Has renunciado a una oportunidad y acumulado cosas que no significan nada.

La autorrealización alude a la cima más alta de tu crecimiento, en la que puedes sentir un hondo contento, en la que puedes decir: «Éste es mi destino, esto es para lo que fui destinado, ésta es la razón por la que estoy aquí en la Tierra». Al tantra le concierne esta autorrealización: cómo ayudarte a crecer más. Y recuerda: al tantra le interesas tú, no los ideales. Al tantra no le

interesan los ideales; le interesas tú tal como eres y como puedes llegar a ser. Hay una gran diferencia. Todas las enseñanzas tienen que ver con ideales. Dicen que te vuelvas como Buda, que te vuelvas como Jesús, que te vuelvas así o asá. Tienen ideales, y tú tienes que volverte como esos ideales. El tantra no tiene ningún ideal para ti. Tu ideal desconocido está escondido dentro de ti; no se te puede dar. No tienes que volverte como Buda, no hay necesidad. Un Buda es suficiente, y ninguna repetición tiene ningún valor. La existencia siempre es única, nunca repite; la repetición es aburrida. La existencia siempre es nueva, eternamente nueva, de modo que ni siquiera Buda es repetido: un fenómeno tan bello queda sin repetir.

¿Por qué? Porque incluso si un Buda es repetido, producirá aburrimiento. ¿De qué sirve? Sólo lo único es significativo; las copias no son significativas. Sólo si eres de primera mano se cumple tu destino. Si eres de segunda mano, has errado.

De modo que el tantra nunca dice que seas así o asá; no hay ningún ideal. El tantra nunca habla de ideales; de ahí el nombre de «tantra». El tantra habla de técnicas, nunca de ideales. Habla de *cómo* puedes llegar a ser, nunca dice qué. Existe debido a ese cómo. Tantra significa técnica; la misma palabra «tantra» significa técnica. Se ocupa de «cómo» te puedes volver, no se ocupa de «qué». Ese «qué» lo proveerá tu crecimiento. Simplemente usa la técnica y, con el tiempo, tu potencialidad interna se hará realidad. La posibilidad inexplorada se abrirá y, cuando se abra, caerás en la cuenta de lo que es. Y nadie puede decir qué es. A menos que llegues a serlo, nadie puede predecir lo que puedes llegar a ser.

De manera que el tantra sólo te da técnicas, nunca ideales. En esto se diferencia de todas las enseñanzas morales. Las enseñanzas morales siempre te dan ideales. Incluso si hablan de técnicas, esas técnicas son siempre para ideales específicos. El tantra no te da ningún ideal; tú *eres* el ideal, y tu futuro es desconocido. Ningún ideal del pasado puede servir de ayuda, porque nada se puede repetir, y si se repite, no tiene sentido.

Los monjes Zen dicen que recuerdes y estés alerta. Si te encuentras con Buda en tu meditación, mávalo inmediatamente; no permitas que se quede ahí. Los monjes Zen son seguidores de Buda y, sin embargo, dicen que mates a Buda inmediatamente si

te encuentras con él en tu meditación, porque la personalidad, el ideal de Buda, puede volverse tan hipnotizante que puede que te olvides de ti mismo; y si te olvidas de ti mismo, has errado el camino. Buda no es el ideal; tú eres el ideal, tu futuro desconocido. Eso es lo que hay que descubrir.

El tantra te da técnicas de descubrimiento. El tesoro está dentro de ti. Así que recuerda este segundo punto: es muy difícil creer que tú eres el ideal, difícil de creer para ti, porque todo el mundo está condenándote. Nadie te acepta, ni siquiera tú mismo. Tú sigues condenándote a ti mismo. Piensas siempre en función de ser como alguna otra persona, y eso es falso, peligroso. Si sigues pensando así, te volverás una falsificación, y todo será falso. ¿Sabes de dónde procede la palabra inglesa *phony*, «falso»? Procede de «teléfono». En los inicios del teléfono, la transmisión era tan falsa, tan irreal, que por el teléfono se oía una voz real y una voz falsa: una voz falsa que era mecánica. La voz real se perdía; sólo en los inicios. De ahí procede la palabra *phony*, «falso». Si estás imitando a otra persona, te volverás falso, no serás real. Te rodeará un dispositivo mecánico, y tu realidad, tu voz real, se perderá. Así que no seas falso, sé real.

El tantra cree en ti. Por eso hay tan pocos que creen en el tantra: porque nadie cree en sí mismo. El tantra cree en ti y dice que tú eres el ideal, así que no imites a nadie. La imitación creará una pseudopersonalidad en torno a ti. Puedes seguir viviendo con esa pseudopersonalidad pensando que es tú mismo, pero no lo es. De modo que lo segundo que hay que recordar es que no hay ningún ideal fijo. No puedes pensar en función del futuro; sólo puedes pensar en función del presente: tan sólo el futuro inmediato en el que puedes crecer.

No hay ningún futuro fijo, y es bueno que no haya ningún futuro fijo; de lo contrario, no habría libertad. Si hubiera un futuro fijo, el hombre sería un robot. No tienes un futuro fijo. Tienes muchísimas posibilidades; puedes crecer de muchas formas. Pero lo único que te dará satisfacción suprema es que crezcas, que crezcas de una manera que todo crecimiento produzca más crecimiento. Las técnicas son útiles porque son científicas. Te ahorran divagaciones innecesarias, tanteos innecesarios. Si no conoces ninguna técnica, tardarás muchas vidas. Llegarás al objetivo, porque la energía vital que hay dentro de ti se moverá,

a menos que llegue al punto desde el que no es posible ningún movimiento. Seguirá yendo a la cima más alta, y esa es la razón por la que uno sigue naciendo una y otra vez. Abandonado a tu suerte, llegarás; pero tendrás que viajar muchísimo, y el viaje será muy pesado y aburrido.

Con un maestro, con técnicas científicas, puedes ganar mucho tiempo, oportunidad y energía. Y a veces, en unos segundos puedes crecer tanto que ni siquiera durante vidas podrás hacerlo. Si se usa una técnica correcta, el crecimiento explota, y estas técnicas han sido usadas en miles de años de experimentos. No fueron ideadas por un solo hombre; fueron ideadas por muchísimos buscadores, y sólo la esencia aparece aquí. En estas ciento doce técnicas, se han abordado todas las técnicas de todo el mundo. No existe en ninguna parte una técnica que no haya sido abordada en estas ciento doce; son toda la búsqueda espiritual en esencia. Pero todas las técnicas no son para todo el mundo, así que tendrás que probarlas. Sólo ciertas técnicas serán útiles para ti, y tendrás que probarlas. Hay dos maneras: o tanteando tú mismo hasta que tropieces con algo que empiece a funcionar y empieces a crecer, y entonces entres en ello; o te entregas a algún maestro y él descubre qué te vendrá bien. Éstas son las dos maneras. Puedes elegir.

Ahora las técnicas.

70 Visualiza rayos de luz subiendo por tu columna vertebral.

Primera técnica de luz: *Considera tu esencia como rayos de luz ascendiendo de centro a centro por las vértebras, y así se eleva la energía vital en ti.*

Muchos métodos de yoga se basan en esto. Primero comprende lo que es; luego la aplicación. Las vértebras, la columna son la base de tu cuerpo y de tu mente. Tu mente, tu cabeza, es la parte final de tu columna. El cuerpo entero está enraizado en la columna. Si la columna está joven, tú eres joven. Si la columna está vieja, tú eres viejo. Si puedes conservar joven tu columna, es difícil hacerse viejo. Todo depende de tu columna. Si tu columna está viva, tendrás una mente muy brillante Si tu

columna está embotada y muerta, tendrás una mente muy torpe. Todo el yoga intenta de muchas maneras hacer que tu columna esté viva, brillante, llena de luz, joven y fresca.

La columna tiene dos cabos: el principio es el centro sexual, y el final es *sahasrar*, el séptimo centro en la parte superior de la cabeza. El principio de la columna está conectado a la tierra, y el sexo es lo más terrenal que hay en ti. Por el centro del principio de tu columna estás en contacto con la naturaleza, con lo que Sankhya ha llamado *prakriti*: la tierra, lo material. Por el último centro, del segundo polo, *sahasrar*, en la cabeza, estás en contacto con lo divino. Éstos son los dos polos de tu existencia. Primero el sexo y luego el *sahasrar*. En inglés no hay palabra para *sahasrar*. Éstos son los dos polos. Tu vida estará orientada o al sexo o a *sahasrar*. Tu energía estará fluyendo hacia abajo, desde el centro sexual de vuelta a la Tierra, o tu energía saldrá por el *sahasrar* al cosmos. Desde el *sahasrar* fluyes al *Brahma*, a la Existencia absoluta. Desde el sexo fluyes hacia abajo a la existencia relativa. Éstos son los dos flujos, las dos posibilidades. A no ser que empieces a fluir hacia arriba, tu desdicha nunca tendrá fin. Puede que tengas vislumbres de la felicidad, pero sólo vislumbres..., y muy ilusorios.

Cuando la energía empiece a ir hacia arriba, tendrás cada vez más vislumbres reales. Y una vez que llegue al *sahasrar* y salga por ahí, tendrás la dicha absoluta. Eso es el *nirvana*. Entonces no hay vislumbre; te vuelves la dicha misma. De modo que lo único que cuenta para el yoga y el tantra es cómo mover la energía hacia arriba por las vértebras, por la columna vertebral, cómo ayudarla a ir contra la gravedad. En sexo es muy fácil, porque obedece a la gravedad. La Tierra está tirando de todo hacia abajo, de vuelta; tu energía sexual es atraída por la Tierra. Puede que no lo hayas *oído*, pero los astronautas lo han sentido: en cuanto van más allá de la gravedad de la Tierra, no sienten mucha sexualidad. Según el cuerpo pierde peso, la sexualidad se disuelve, desaparece.

La Tierra está atrayendo tu energía vital hacia abajo, y esto es natural, porque la energía vital viene de la Tierra. Comes y estás creando energía vital dentro de ti; viene de la Tierra, y la Tierra está atrayéndola de vuelta. Todo vuelve a su fuente. Y si continúa moviéndose de esta forma -la energía vital volviendo una y otra

vez, y tú te estás moviendo en círculo-, seguirás así durante vidas y vidas. Puedes seguir así infinitamente, a menos que des un salto como los astronautas. Como los astronautas, tienes que dar un salto de ir más allá del círculo. Entonces la pauta de la gravedad de la Tierra se rompe. ¡Puede romperse!

Las técnicas para poder romperla están aquí; para que la energía pueda moverse verticalmente y se eleve dentro de ti, llegando a nuevos centros; para que puedan revelarse nuevas energías dentro de ti, volviéndote una persona nueva con cada movimiento. Y en el momento en que la energía sale por tu *sahasrar*, el polo opuesto del sexo, ya no eres un hombre. Entonces no perteneces a esta Tierra; te has vuelto divino. Esto es lo que se quiere decir cuando se dice que Krishna es Dios o que Buda es Dios. Sus cuerpos son como el tuyo -sus cuerpos tendrán que caer enfermos y tendrán que morir-; todo sucede en sus cuerpos como te sucede a ti. Sólo una cosa no está sucediendo en sus cuerpos que te está sucediendo a ti: la energía ha roto la pauta de la gravedad.

Pero eso no puedes verlo, no es visible para tus ojos. Pero, a veces, cuando estás sentado al lado de un buda, puedes percibir esto. De pronto notas un estallido de energía dentro de ti, y tu energía empieza a ascender. Sólo entonces sabes que ha sucedido algo. Con sólo estar en contacto con un buda, tu energía empieza a ascender hacia el *sahasran*, Un buda es tan poderoso que incluso la Tierra es menos poderosa; no puede atraer tu energía hacia abajo. Los que han notado esto en torno a un Jesús, un Buda, un Krishna, los han llamado Dios. Tienen una fuente diferente de energía que es más fuerte que la Tierra.

¿Cómo se puede romper la pauta? Esta técnica es muy útil para romper la pauta. Primero comprende algo básico. En primer lugar, si has observado, debes de haber comprobado que tu energía sexual se mueve con la imaginación. Sólo mediante la imaginación comienza a funcionar tu centro sexual. En realidad, sin imaginación no puede funcionar. Por eso, si estás enamorado de alguien funciona mejor, porque con el amor entra la imaginación. Si no estás enamorado, es muy difícil. No funcionará.

Ésta es la razón por la que en la antigüedad no había hombres dedicados a la prostitución, sino sólo mujeres. Es difícil para un

hombre si no ama. ¿Y cómo va amar sólo por dinero? Puedes pagar a un hombre para que tenga trato sexual contigo, pero si no tiene fantasías contigo, no puede funcionar. Las mujeres pueden funcionar porque su sexo es pasivo. En realidad, su funcionamiento no es necesario. Pueden estar totalmente desapegadas; puede que no estén sintiendo nada en absoluto. Sus cuerpos pueden simplemente estar ahí como cadáveres. Con una prostituta no estás haciendo el amor con un cuerpo real; sólo con un cadáver muerto. Pero las mujeres pueden ser prostitutas fácilmente porque su sexo es pasivo.

El centro sexual funciona mediante la imaginación. Por eso puedes tener erecciones y eyaculaciones incluso en sueños. Son reales. Los sueños son sólo imaginación. Se ha observado que todo hombre, si está físicamente en forma, tendrá al menos diez erecciones por la noche. Con cada movimiento de la mente, con sólo un ligero pensamiento de sexo, tendrá una erección.

Tu mente tiene muchas energías, muchas facultades, y una de ellas es la voluntad. Pero no puedes tener sexo a voluntad. Para el sexo, la voluntad es impotente. Si intentas amar a alguien, notarás que te has vuelto impotente. Así que nunca lo intentes. La voluntad nunca funciona con el sexo; sólo la imaginación funcionará. Imagina, y el centro sexual empezará a funcionar. ¿Por qué estoy poniendo énfasis en este hecho? Porque si la imaginación ayuda a que se mueva la energía, entonces puedes moverla hacia arriba o hacia abajo con sólo la imaginación. No puedes mover tu sangre con la imaginación; no puedes hacer nada más en el cuerpo con la imaginación. Pero la energía sexual se puede mover con la imaginación. Puedes cambiar su dirección.

Este sutra dice: *Considera tu esencia como rayos de luz - piensa en ti mismo, en tu ser como rayos de luz- ascendiendo de centro a centro por las vértebras -por tu columna-, y así se eleva la energía vital en ti.* El yoga ha dividido tu columna en siete centros. El primero es el centro sexual y el último es *sahasrar*, y entre estos dos hay cinco centros. Algunos sistemas los dividen en nueve, algunos en tres, algunos en cuatro. La división no es muy significativa; puedes hacer tu propia división. Cinco centros son suficientes para trabajar con ellos; el primero es el centro sexual, el segundo está justo detrás del ombligo, el tercero está justo detrás del corazón, el cuarto está entre las dos cejas, justo

en medio, en medio de la frente. Y el quinto, *sahasrar*, está justo en la parte superior de la cabeza. Estos cinco bastarán.

Este sutra dice: *Considérate a ti mismo...*, lo que quiere decir que te imagines a ti mismo: cierra los ojos e imagínate a ti mismo como si fueras luz. esto no es sólo imaginación. Al principio lo es, pero también es la realidad, porque todo consiste en electricidad. La ciencia dice ahora que todo consiste en electricidad, y el tantra siempre ha dicho que todo consiste en partículas de luz: y tú también. Por eso el Corán dice que Dios es luz.

¡Tú eres luz! Imagina primero que eres rayos de luz; luego lleva tu imaginación al centro sexual. Concentra tu atención allí y siente que están ascendiendo rayos de luz desde el centro sexual como si el centro sexual se hubiese convertido el una fuente de luz y los rayos de luz se estuvieran moviendo en un arrebató: ascendiendo hacia el centro del ombligo. Es necesaria la división por que te resultará difícil conectar tu centro sexual con el *sahasrar*. De modo que serán útiles las divisiones menores. Si puedes conectar, no es necesaria ninguna división. Puedes dejar todas las divisiones desde el centro sexual hacia delante, y la energía, la fuerza vital, ascenderá como luz hacia el *sahasrar*. Pero las divisiones serán más útiles porque tu mente puede concebir más fácilmente fragmentos más pequeños.

De modo que simplemente siente que la energía -que los rayos de luz- están ascendiendo desde tu centro sexual a tu ombligo como un río de luz. Pronto tu ombligo se calentará. Notas el calor; incluso otros pueden notar ese calor. Mediante tú imaginación, la energía sexual habrá empezado a ascender. Cuando sientas que el segundo centro, en el ombligo, ya se ha vuelto una fuente de luz, que los rayos están llegando y se están acumulando ahí, entonces empieza a ir hacia el centro del corazón. Cuando la luz llegue al centro del corazón, cuando estén llegando los rayos, tus pulsaciones cambiarán. Tu respiración se hará más profunda, y tu corazón se llenará de calidez. Sigue hacia arriba.

Considera tu esencia como rayos de luz ascendiendo de centro a centro por las vértebras, y así se eleva la energía vital en ti. Y cuando sientas calidez, sentirás a la vez una «energía vital», una nueva vida que llega a ti, una luz interior que asciende. La energía sexual tiene dos partes: una es física y la otra es

psíquica. En tu cuerpo: todo tiene dos partes. Igual que tu cuerpo y mente, todo tiene dos partes dentro de ti: una material y la otra espiritual. La energía sexual tiene dos partes. La parte material es el semen; no puede ascender, no hay ningún pasaje para ello. Debido a esto, muchos fisiólogos occidentales dicen que los métodos del tantra y el yoga son una tontería y los niegan completamente. ¿Cómo va a ascender la energía sexual? No hay pasaje y la energía sexual no puede ascender. Tienen razón y, no obstante, están equivocados. El semen, la parte material, no puede ascender..., pero ahí no acaba todo. En realidad, el semen es sólo la parte corporal de la energía sexual; no es la energía sexual. La energía sexual es su parte psíquica, y la parte psíquica puede ascender. Y para esa parte psíquica, se usa el pasaje espinal: el pasaje espinal y sus centros. Pero eso hay que sentirlo, y tus sensaciones están adormecidas.

Recuerdo que cierto psicoterapeuta escribió en alguna parte acerca de una paciente, una mujer. Él le estaba diciendo que sintiera algo, pero el psicoterapeuta notó que ella no estaba sintiendo, sino pensando en sentir; y eso es algo muy distinto. Así es que el terapeuta puso su mano sobre la mano de la mujer y la apretó, diciéndole que cerrara los ojos y le dijera qué sentía. Ella dijo inmediatamente: «Siento su mano».

Pero el terapeuta dijo: «No, esto no es lo que siente. Esto es lo que está pensando, su deducción. He puesto mi mano sobre la suya; usted dice que está sintiendo mi mano. Pero no es así. Esto es una deducción. ¿Qué siente?».

Así es que ella dijo: «Siento sus dedos».

El terapeuta dijo de nuevo: «No, esto no es sentir. No deduzca nada. Simplemente cierre los ojos y vaya al sitio donde está mi mano; luego, dígame lo que siente».

Entonces ella dijo: «¡Oh! Me lo estaba perdiendo todo. Siento presión y calor».

Cuando una mano te toca, no sientes una mano. Sientes presión y calor. La mano es sólo una deducción; es intelecto, no sensación. Calor y presión; esas son sensaciones. Ahora ella estaba sintiendo. Hemos perdido completamente la capacidad de sentir. Tendrás que desarrollarla; sólo entonces puedes hacer semejantes técnicas. De lo contrario, no funcionarán. Simplemente intelectualizarás, pensarás que estás sintiendo, y no

sucedirá nada. Por eso la gente viene a mí y dice: «Nos dices que esta técnica es tan significativa, pero no sucede nada». Lo han intentado, pero les falta una dimensión: la dimensión de sentir. De modo que primero tendrás que desarrollarla, y hay algunos métodos que puedes probar.

Puedes hacer una cosa. Si tienes un niño pequeño en tu casa, sigue al niño por todas partes durante una hora todos los días. Será mejor y más satisfactorio que seguir a un buda. Deja que el niño ande a cuatro patas, y anda tú también a cuatro patas. Simplemente sigue al niño andando a cuatro patas, y sentirás por vez primera una nueva energía vital llegando a ti. Te volverás un niño de nuevo. Mira al niño y simplemente haz lo que haga él. Irá a todos los rincones; lo tocará todo; no sólo lo tocará, sino que además lo probará todo con la lengua, lo olerá todo. Simplemente síguete y haz todo lo que haga.

Tú también fuiste un niño una vez; hiciste lo mismo. El niño está sintiendo. No está intelectualizando, no está pensando. Siente un olor, así que va al rincón del que proviene el olor. Ve una manzana, así que la prueba. Simplemente prueba tú también como un niño. Observa cuando esté comiendo la manzana, mírale: está totalmente absorto en ello. El mundo entero ha desaparecido, el mundo ya no existe: sólo la manzana. Ni siquiera existe la manzana, ni existe el niño: sólo el comer. Simplemente sigue a un niño durante una hora. Esa hora será tan enriquecedora que te volverás un niño de nuevo.

Tus mecanismos de defensa cesarán, tu coraza caerá, y empezarás a mirar el mundo como lo mira un niño: desde la dimensión de sentir. Cuando sientas que ya puedes sentir, no pensar, disfrutarás la textura de la alfombra sobre la que te estés moviendo como un niño, la presión, la calidez..., y con sólo seguir inocentemente a un niño. El hombre puede aprender mucho de los niños, y tarde o temprano tu inocencia real brotará, fuiste un niño una vez y sabes lo que significa serlo. Simplemente lo has olvidado.

El centro de sentir debe empezar a funcionar; sólo entonces servirán para algo estas técnicas. De otra forma, seguirás pensando que la energía está ascendiendo, pero no lo sentirás. Y si no sientes, la imaginación es impotente, inútil. Sólo una imaginación que sienta te producirá un resultado. Puedes hacer

muchas otras cosas y no hay necesidad de hacer un esfuerzo específico para llevarlas a cabo. Cuando te vayas a dormir, siente tu cama, siente la almohada: la frialdad. Simplemente entra en contacto con ella, juega con la almohada.

Cierra los ojos y escucha el ruido del aire acondicionado, o del tráfico o del reloj o cualquier cosa. Simplemente escucha. No pongas etiquetas, no digas nada. No uses la mente. Simplemente vive en la sensación. Por la mañana, en el primer momento del despertar, cuando sientas que ya has dejado de dormir, no empieces a pensar. Durante unos momentos puedes volver a ser un niño: inocente, fresco. No empieces a pensar. No pienses en lo que vas a hacer y cuándo vas a ir a la oficina y qué tren vas a coger. No empieces a pensar. Tendrás tiempo suficiente para todas esas tonterías. Espera. Durante unos, momentos, simplemente escucha el ruido. Está cantando un pájaro, o el viento está soplando entre los árboles, o está llorando un niño, o ha llegado el lechero y está haciendo sonidos, o se está vertiendo la leche. Cualquier cosa que suceda, siéntela. Sé sensible a ella, abierto a ella. Permite que te suceda, y tu sensibilidad crecerá.

Cuando estés dándote una ducha, siéntela por todo el cuerpo: cada gota de agua que te toca. ¡Siente el contacto, la frialdad, la calidez! Prueba esto todo el día siempre que tengas la oportunidad, y en todas partes hay una oportunidad, ¡en todas partes! Cuando estés simplemente respirando, siente la respiración -su movimiento dentro de ti y su salida-, ¡siéntela! Simplemente siente tu propio cuerpo. No lo has sentido.

Tenemos mucho miedo a nuestros propios cuerpos. Nadie toca su propio cuerpo de manera cariñosa. ¿Le has dado alguna vez algo de amor a tu propio cuerpo? Toda la civilización tiene miedo a que alguien se toque a sí mismo, porque desde la infancia tocarse ha sido reprobado. Parece ser masturbatorio tocarse a uno mismo de forma cariñosa. Pero si no puedes tocarte a ti mismo de forma cariñosa, tu cuerpo se embotará y se aletargará. Ya está así. Tócate los ojos con las palmas. Siente el contacto, y tus ojos se sentirán frescos y vivos inmediatamente. Siente todo tu cuerpo. Siente el cuerpo de tu amante, el cuerpo de tu amigo. El masaje es bueno. Dos amigos pueden masajearse el uno al otro y sentir mutuamente sus cuerpos. Os volveréis más sensibles.

Crea sensibilidad, capacidad de sentir. Entonces te resultará fácil hacer estas técnicas, y entonces sentirás la «energía vital» ascendiendo en ti. No dejes esta energía en cualquier parte. Deja que llegue al *sahasrar*. Recuerda esto: siempre que hagas este experimento, no lo dejes a medias. Tienes que completarlo. Toma precauciones para que nadie te moleste. Si dejas esta energía en alguna parte por el medio, puede ser dañina. Tiene que salir. Así que llévala a la cabeza y siente como si tu cabeza se hubiera vuelto una abertura.

En India hemos representado el *sahasrar* como un loto. «*Sahasrar*» significa «de mil pétalos»: una abertura de mil pétalos. Imagina el loto con mil pétalos, abierto, y de cada pétalo está saliendo hacia el cosmos esta energía luminosa. De nuevo, esto es un acto de amor: esta vez no con la naturaleza, sino con lo supremo. De nuevo es un orgasmo.

Hay dos tipos de orgasmos: uno es sexual, y el otro, espiritual. El sexual proviene del centro más bajo, y el espiritual, del centro más alto. Con el más alto te unes a lo más alto y con el más bajo te unes a lo más bajo. Puedes hacer este ejercicio incluso cuando estés de hecho en el acto sexual; podéis hacerlo los dos miembros de la pareja. Mover la energía hacia arriba, y entonces el acto sexual se vuelve *tantra sadhana* se convierte en meditación.

Pero no dejes la energía en algún centro en medio del cuerpo. Puede que venga alguien y tendrás asuntos que atender, o habrá una llamada de teléfono y tendrás que parar. De modo que hazlo a una hora en la que nadie te moleste, y no dejes la energía en ningún centro. De lo contrario, ese centro en el que has dejado la energía se volverá una herida, y puede que crees muchas enfermedades mentales. Así que sé consciente; si no, no hagas esto. Este método requiere privacidad absoluta y ninguna perturbación, y hay que hacerlo completamente. La energía debe llegar a la cabeza, y debe salir por ahí.

Tendrás varias experiencias. Cuando sientas que los rayos están empezando a ascender desde el centro sexual, tendrás erecciones o sensaciones en el centro sexual. Viene a mí muchísima gente muy asustada y atemorizada. Dicen que siempre que empiezan a meditar, cuando empiezan a entrar profundamente, tienen una erección. Se preguntan: «¿Qué es

esto?»). Tienen miedo porque piensan que en la meditación no debería haber sexo. Pero no sabes cómo funciona la vida. Es una buena señal. Muestra que ahora la energía está viva ahí. Ahora necesita moverse. Así que no te asustes y no pienses que algo va mal. Es una buena señal. Cuando empieces a meditar, el centro sexual se volverá más sensible, vivo, excitado, y al principio la excitación será igual que cualquier excitación sexual; pero sólo al principio. Según tu meditación se haga más profunda, sentirás que la energía fluye hacia arriba. Cuando la energía fluye, el centro sexual se vuelve silencioso, menos excitado.

Cuando la energía vaya realmente al *sahasrar*, no habrá ninguna sensación; en el centro sexual. Está totalmente calmado y silencioso. Se habrá vuelto completamente fresco, y la calidez se habrá ido a la cabeza. Y esto es físico. Cuando el centro sexual está excitado, se calienta; sientes ese calor, es físico. Cuando la energía se mueva, el centro sexual se enfriará más y más y más, y la calidez se irá a la cabeza.

Te dará vueltas la cabeza. Cuando la energía vaya a la cabeza, sentirás un mareo. Puede que, a veces, incluso sientas náuseas, porque la energía ha ido a la cabeza por primera vez y tu cabeza no está familiarizada con ella. Tiene que reajustarse. Así que no te asustes. A veces puede que te desmayes inmediatamente, pero no te asustes. Puede suceder. Si tanta energía se mueve súbitamente y explota en la cabeza, puede que te desmayes. Pero ese desmayo no puede durar más de una hora. En un plazo de una hora, la energía automáticamente vuelve hacia atrás o sale. No puedes estar así más de una hora. Digo una hora, pero, de hecho, es exactamente cuarenta y ocho minutos. No puede durar más. Nunca se ha visto en miles de años de experimentos, así que no tengas miedo. Si te desmayas, está bien. Después de ese mareo, te sentirás tan renovado que es como si hubieras estado durmiendo por primera vez, durmiendo de la manera más profunda.

El yoga le da un nombre especial: *yoga tandra*, dormir yóguico. Es muy profundo; vas a tu centro más profundo. Pero no tengas miedo. Y si se te calienta la cabeza, es una buena señal. Suelta la energía. Siente como si tu cabeza se estuviera abriendo como una flor de loto: como si la energía estuviera saliendo al cosmos. Cuando salga la energía, sentirás que llega a ti una

frialdad. Nunca has sentido la frialdad que llega después de esta calidez. Pero haz la técnica completamente; nunca la hagas incompletamente.

71 Visualiza una chispa de luz saltando de un chakra al siguiente.

Segunda técnica de luz: *O en los espacios entremedias, percibe esto como un relámpago.*

Éste es un método muy similar, con una ligera diferencia: *O en los espacios entremedias, percibe esto como un relámpago.* Entre un centro y otro, según vayan llegando los rayos, puedes sentirlo como un relámpago: un salto de luz. Para algunas personas, el segundo será más apropiado, y para otras, el primero. Por eso hay una modificación.

Hay personas que no pueden imaginar cosas gradualmente, y hay personas que no pueden imaginar cosas a saltos. Si puedes pensar e imaginar gradualmente, entonces el primer método es bueno. Pero si pruebas el primer método y de repente sientes que los rayos saltan directamente de un centro al siguiente, entonces no sigas. El segundo es mejor para ti. *Percibe esto como un relámpago:* como una chispa de luz saltando de un centro al siguiente. Y el segundo es más real, porque, en realidad, la luz salta. No hay un crecimiento gradual, paso a paso. La luz es un salto.

Observa la luz eléctrica. Piensas que es constante, pero eso es ilusorio. Hay intervalos, pero los intervalos son tan breves que no puedes detectarlos. La electricidad llega a saltos. Un salto, y luego hay un intervalo de oscuridad. Otro salto, y luego hay un intervalo de oscuridad. Pero nunca percibes el intervalo porque el salto es muy rápido. De lo contrario, hay oscuridad a cada momento. Hay de nuevo un salto, llega la luz, luego otra vez oscuridad. La luz da saltos, nunca viaja. Para los que pueden concebir los saltos, la segunda modificación es la mejor. *O en los espacios entremedias, percibe esto como un relámpago.* Pruébalo.

Si te sientes bien con los rayos llegando gradualmente, está bien. Si no te sientes bien y los rayos saltan, entonces olvídate de los rayos. Concibe esto como relámpagos en el cielo, en las

nubes, saltando de un sitio a otro.

Para las mujeres, la primera técnica será más fácil, y para los hombres, la segunda. La mente femenina puede concebir lo gradual más fácilmente, y la masculina salta más fácilmente. La mente masculina es «saltarina»; salta de una cosa a otra. Hay un sutil desasosiego en la mente masculina. La mente femenina tiene un proceso gradual; no es saltarina. Por eso la lógica femenina y la masculina son muy diferentes. Un hombre va saltando de una cosa a otra, y para las mujeres esto es inconcebible. Para ellas debe haber crecimiento, crecimiento gradual. Pero elige. Pruébalas, y elige la que te parezca que es buena para ti.

Dos o tres cosas más acerca de este método. Con los relámpagos puede que sientas tal calor que te parezca insoportable. Si sientes eso, no intentes. Los relámpagos pueden darte mucho calor. Si sientes esto, que es insoportable, entonces no lo intentes. Entonces el primer método, si te sientes a gusto, es bueno. De lo contrario, no lo intentes con desasosiego. A veces, la explosión puede ser tan grande que te asustes de ella, y un vez que tengas miedo nunca serás capaz de volver a hacerlo. Entonces surge el miedo.

De modo que hay que ser siempre consciente para no asustarse de nada. Si sientes que surgir ese miedo y que es demasiado para ti, no lo intentes. Entonces el primer método con los rayos de luz es el mejor. Si sientes que incluso con los rayos de luz te calientas demasiado –y eso depende, porque la gente es distinta-, concibe los rayos fríos, imagínatelos fríos. Entonces, en vez de sentir calidez, sentirás una frialdad con todo. Ese también será efectivo. De modo que puedes decidir; prueba y decide. Recuerda, con esta técnica, y con otras también, si te sientes muy inquieto o algo te parece insoportable, no la hagas. Hay otros métodos, y puede que éste no sea para ti. Perturbado innecesariamente por dentro, crearás más problemas que, los que resolverás.

En India, debido a esto, hemos desarrollado un yoga específico que llamamos *sahaj yoga*. *Sahaj* significa espontáneo, fácil, natural. Acuérdate siempre de *sahaj*. Si sientes que cualquier técnica llega a ti espontáneamente, si sientes más afinidad con ella, si te sientes mejor con ella -más sano, más vivo, más en casa-, entonces éste es el método para ti. Hazlo;

puedes tener confianza en él. No crees problemas innecesarios. Y el mecanismo interno es muy complejo. Si haces algo que es demasiado para ti, puede que destruyas muchas cosas. De manera que es mejor hacer algo con lo que sientas armonía.

72 Siente la presencia de la existencia eterna.

Tercera técnica de luz: *Percibe el cosmos como una presencia traslúcida eterna.*

Esto también tiene que ver con la luz: *Percibe el cosmos como una presencia traslúcida eterna.* Si has tomado alguna droga, como el LSD o algo por el estilo, el mundo entero en torno a ti se vuelve un fenómeno luminoso de colores que son traslúcidos, vivos. Esto no es debido al LSD. El mundo es así, pero tus ojos se han embotado. El LSD no está creando un mundo lleno de color a tu alrededor; el mundo ya está lleno de color, al mundo no le pasa nada malo. Es un arco iris de colores: un misterio de colores y luz traslúcida. Pero tus ojos están embotados. Por eso nunca puedes percibirlo con semejante colorido.

El LSD simplemente te está desembotando los ojos. No está haciendo que el mundo esté lleno de color; simplemente está haciendo que tu embotamiento se vaya químicamente, y entonces el mundo entero brota ante ti. Es nuevo. Incluso una silla corriente se vuelve un fenómeno maravilloso. Un zapato en el suelo adquiere nuevos colores, una nueva juventud. El ruido corriente del tráfico se vuelve musical. Los árboles que has visto siempre pero que nunca has mirado vuelven a nacer, aunque siempre hayas pasado asu lado y sepas que los has visto. Cada hoja de un árbol es un milagro.

Así es como es la realidad. No es el LSD el que está creando esta realidad. El LSD simplemente está destruyendo tu embotamiento, tu insensibilidad, y miras el mundo como uno debería mirar realmente. Pero el LSD puede darte sólo un vislumbre, y si estás supeditado a él, tarde o temprano ni siquiera el LSD será capaz de desprenderte de tu embotamiento. Necesitarás dosis mayores, y luego te volverás inmune a las dosis mayores. Y, en realidad, si entonces dejas el LSD u otras drogas, el mundo será más insulso que nunca. Entonces te volverás aún

más insensible.

Hace sólo unos pocos días vino a verme una chica. Me dijo que no podía sentir ningún orgasmo en el acto de amor. Ha probado con muchos hombres, pero no puede tener ningún orgasmo. El clímax nunca llega, y se siente frustrada. Así que le pedí que me contara toda su vida amorosa y sexual: toda la historia. Entonces descubrí que había estado usando un vibrador eléctrico. Ahora los están usando en Occidente. Una vez que usas un vibrador eléctrico como un pene masculino, ningún hombre puede satisfacerte, porque, al fin y al cabo, un vibrador eléctrico es un vibrador eléctrico. Entonces tu vagina y tu clítoris se embotarán, y el orgasmo se volverá imposible. Entonces no habrá ninguna posibilidad de orgasmo. Ahora necesitarás un vibrador más potente, y esto puede llegar a tal extremo que todo tu mecanismo sexual se vuelva pétreo. Y esto está sucediéndole a cada uno de nuestros sentidos. Si usas algún dispositivo externo, te embotarás.

El LSD acabará embotándote, porque con él no estás creciendo. Si creces *tú*, entonces es un proceso diferente. Entonces te vuelves más sensible, y cuando te vuelves más sensible, el mundo se vuelve diferente. Ahora puedes sentir muchas cosas que nunca antes sentiste porque no eras sensible.

Esta técnica se basa en la sensibilidad interna. Primero aumenta tu sensibilidad. Cierra tus puertas, pon la habitación a oscuras y enciende una vela pequeña. Siéntate cerca de la vela en actitud muy amorosa; mejor, en actitud de oración. Reza, a la vela: «Revélame a mí». Date un baño, salpica agua fría a tus ojos, y luego siéntate en disposición de oración ante la vela. Mírala y olvídate de todo lo demás. Simplemente mira la pequeña vela: la llama y la vela. Sigue mirándola. En cinco minutos percibirás que están cambiando muchas cosas en la vela. No están cambiando en la vela; recuerda: son tus ojos los que están cambiando.

En una actitud amorosa, ajeno al mundo entero, con total concentración, con un corazón que siente, sigue mirando la vela y la llama. Entonces descubrirás colores nuevos en torno a la llama, sombras nuevas de las que nunca antes fuiste consciente de que estuvieran ahí. Están ahí; todo el arco iris está ahí. Donde hay luz, el arco iris está presente, porque la luz es todos los colores. Necesitas una sensibilidad sutil. Siéntela y sigue mirándola.

Incluso si empiezan a caérsete las lágrimas, sigue mirándola. Esas lágrimas contribuirán a que tus ojos estén más frescos.

A veces, puede que sientas que la llama, la vela, se ha vuelto misteriosa. No es la vela corriente que trajiste; ha cobrado un nuevo encanto, ha adquirido una sutil divinidad. Sigue haciendo esto. Puedes hacerlo también con muchas otras cosas.

Uno de mis amigos me estuvo contando que un grupo de cinco o seis personas había estado experimentando con piedras. Yo les había dicho cómo experimentar, y luego me lo describieron. Estuvieron experimentando con piedras de la orilla de un río aislado. Estuvieron tratando de sentir las con las manos, con la cara, tocando las piedras con la lengua, oliendo las piedras. Estuvieron sintiendo las piedras, de todas las maneras posibles: piedras corrientes que encontraron en la orilla.

Probaron esto durante una hora, cada uno con una piedra. Y entonces, me informó mi amigo, sucedió un milagro. Todos dijeron: «¿Puedo quedarme con esta piedra? ¡Me he encariñado con ella!».

¡Una piedra corriente! Si tienes una relación afectuosa con ella, te encariñarás con ella. Y si no tienes esa sensibilidad, entonces incluso con una persona muy bella estás como con una piedra; no puedes encariñarte.

La sensibilidad debe crecer. Todos tus sentidos deben avivarse. Entonces puedes experimentar con esta técnica. *Percibe el cosmos como una, esencia traslúcida eterna.* Hay luz en todas, en muchísimas disposiciones, formas, la luz sucediendo en todas partes. ¡Mírala! Y hay en todas partes porque todo el fenómeno se basa en el fundamento de la luz. Mira una hoja o incluso una piedra, y, tarde temprano, percibirás que salen rayos de ella. Simplemente espera pacientemente. No tengas prisa, porque nada sucede cuando tienes prisa. Con prisa, estás embotado. Espera en silencio con cualquier cosa, y descubrirás un nuevo fenómeno que siempre estuvo, pero del que no estabas alerta, del que no eras consciente.

Percibe el cosmos como una presencia traslúcida eterna, y tu mente se volverá completamente silenciosa cuando sientas la presencia de la existencia eterna. Serás simplemente una parte en una nota en la gran sinfonía. No carga, no tensión...; la gota ha caído en el océano. Pero al principio será necesaria una gran

imaginación, y es útil que estés también intentando con algún adiestramiento de la sensibilidad.

Puedes probar de muchas maneras. Simplemente coge la mano de alguien en tu mano. Con los ojos y siente la vida en el otro. Siéntela, y que vaya hacia ti. Siente tu propia vida y deja que vaya hacia el otro. Siéntate junto a un árbol y la corteza del árbol. Cierra los ojos y siente la vida que surge en el árbol, y cambias inmediatamente.

He oído acerca de un experimento. Un doctor estaba experimentando con gente para ver si las sensaciones cambiaban su bioquímica. Ahora informado de que las sensaciones cambian la tu química inmediatamente. Él experimentó con grupo de doce personas. Recogió su orina antes del experimento, y la orina era corriente.

Cada persona fue sometida a un tipo diferente de estrés. A una, le mostraron una película de tanta ira, violencia, crueldad; era sólo una película. Durante treinta y cinco minutos le mostraron una película de terror. Por supuesto, sus emociones cambiaron con la película. Sintió estrés. A otra le mostraron una película muy alegre. Se sintió feliz. Y el experimento siguió de esta manera con doce personas. Luego volvieron a recoger su orina, y el análisis mostró que la orina de todos era diferente. Las sustancias químicas habían cambiado en el cuerpo. La persona que sintió terror, ahora estaba enferma; la persona que sintió esperanza, felicidad, alegría, ahora estaba sana. Su orina era diferente, las sustancias químicas del cuerpo eran diferentes.

No eres consciente de lo que estás haciendo contigo mismo. Cuando vas a ver una película de asesinatos, no sabes lo que estás haciendo. Estás cambiando la química de tu cuerpo. Si estás leyendo una novela de detectives, no sabes lo que estás haciendo. Te estás matando a ti mismo. Te excitarás, te asustarás, te pondrás tenso. Por eso disfrutas la novela de detectives. Cuanto más tenso te pones, más disfrutas. Cuanto más suspenso hay sobre lo que va a pasar, más te excitas..., y estás cambiando la química de tu cuerpo.

Todas estas técnicas también cambian la química de tu cuerpo. Si percibes el mundo entero como lleno de vida, luz, entonces estás cambiando la química de tu cuerpo. Y esto es una reacción en cadena. Cuando cambia la química de tu cuerpo,

puedes mirar el mundo y parecerá más vivo. Y si parece más vivo, la química de tu cuerpo volverá a cambiar, y entonces se vuelve una cadena.

Si este método se hace durante tres meses, estarás viviendo en un mundo diferente, porque ahora tú serás diferente.

Capítulo 48

La Potencialidad de la Semilla

Preguntas

¿Cuál es la diferencia entre una inspiración y un ideal, y es malo para un buscador estar inspirado por alguien?

¿Qué es normal, y por qué hay tanta patología hoy en día?

¿Cómo puede uno «sentir» la consciencia a menos que uno la logre, y cómo imaginar lo que aún no ha sucedido?

Primera pregunta:

Dijiste anoche que un Krishna, un Cristo, un Buda, es el clímax de la posibilidad y el crecimiento humanos, y luego dijiste que la psicología yóguica y tántrica no pone ningún ideal ante el hombre, y que, para el tantra, tener un ideal es un error. Con este punto de referencia, explica, por favor, cuál es la diferencia entre una inspiración y un ideal. ¿Cuál es el sentido de la inspiración en la vida de un buscador? Por favor, dínos si incluso ser inspirado por un gran hombre es un error en el camino de un meditador.

Un Buda, un krishna o un Cristo no es un ideal para ti; no tienes que seguirles. Si les sigues, te los perderás, y nunca alcanzarás tu propia naturaleza búdica. El estado búdico es el ideal, no Buda. El estado crístico es el ideal, no Jesús. El estado búdico es diferente a Buda; el estado crístico es diferente a Jesús. Jesús es sólo uno de los Cristos. Tú puedes llegar a ser un Cristo, pero nunca puedes llegar a ser un Jesús. Puedes volverte un Buda,

pero nunca puedes volverte Gautama. Gautama llegó a ser un buda y *tú* puedes llegar a ser un buda. ¡El estado búdico es una cualidad, es una experiencia! Por supuesto, cuando Gautama se convirtió en un buda, Gautama tenía su propia individualidad. Tú tienes tu propia individualidad. Cuando tú te conviertas en un buda, estos dos budas no serán el mismo. La experiencia más íntima será la misma, pero la expresión será diferente, absolutamente diferente. No es posible ninguna comparación. Sólo en el núcleo más íntimo seréis lo mismo.

¿Por qué? Porque en el centro más íntimo no hay individualidad. El individuo está en la periferia. Cuanto más profundo vas, más se disuelve el individuo. En el centro más íntimo eres como si no fueras nadie. En el centro más íntimo eres sólo un vacío profundo, una nada: un *shunya*, un cero.

Y debido a esta nada, no hay diferencia, ¡porque dos nada no pueden ser diferentes. Pero dos algas tienen que ser diferentes. Dos «algas» nunca pueden ser lo mismo y dos «nadas» nunca pueden ser diferentes. Cuando uno se vuelve absolutamente nada, un punto cero, eso es similar en un Jesús, en un Krishna, en un Buda. Cuando alcances lo supremo, alcanzarás este *shunya*, esta nada.

Pero tu personalidad, tu expresión de ese éxtasis, será diferente. Meera bailará; Buda nunca puede bailar. Es imposible concebir a Buda bailando; parece absurdo. Pero Meera sentada bajo un árbol *bodhi*, como Buda, también parece algo absurdo. Lo perderá todo; ya no será Meera en absoluto, sino una imitación. La Meera auténtica sólo puede ser concebida bailando en éxtasis en su propia locura de amor. Esa es su expresión. El centro más íntimo es el mismo. En Buda sentado bajo el árbol *bodhi* y Meera bailando en un éxtasis loco, el centro más íntimo es el mismo. En Meera bailando y en Buda sentado en silencio como una estatua, el centro más íntimo es el mismo, pero la periferia es diferente. La que baila y el que está sentado en silencio están sólo en la periferia. Si entras en Meera, cuando vayas más profundo la danza cesará, la Meera cesará. Si entras en lo profundo de Buda, el sentarse cesará, el Buda cesará en cuanto individuo.

Puedes volverte un buda, pero nunca puedes volverte un Gautama el Buda: eso es lo que se quiere decir. No los conviertas en tus ideales; de lo contrario, empezarás a imitarlos. ¿Y qué

puedes hacer si imitas? Puedes forzar algo desde fuera, pero eso será un fenómeno falso. Te volverás falso: sólo pintado. Parecerás como Buda: más que Buda. Puedes parecer, pero eso será sólo una imagen, una apariencia; en el fondo seguirás siendo el mismo, y esto creará una dualidad, un conflicto, una angustia interna, y estarás sufriendo.

Sólo puedes ser dichoso cuando eres auténticamente tú mismo. Nunca puedes sentir felicidad cuando estás actuando como otra persona. Así que recuerda el mensaje del tantra: *tú* eres el ideal. No tienes que imitar a nadie; tienes que descubrirte a ti mismo. Mirando a Buda, no hay necesidad de imitarle. Cuando estás mirando a Buda, en lo hondo de ti te toca la posibilidad de que puede suceder algo del más allá. «Buda» es sólo un símbolo de que algo le ha sucedido a este hombre; y si le puede suceder a este hombre, le puede suceder a *todo* hombre. Entonces se revela toda la posibilidad de la humanidad.

En un Jesús, en una Meera, en un Chaitanya, se revela una posibilidad, se revela el futuro. No les imites; más bien, deja que su vida, su ser, el fenómeno que está sucediendo, se vuelva una nueva sed en ti, eso es todo. No debes estar contento contigo mismo tal como eres ahora mismo. Deja que un buda se vuelva un descontento en ti, una sed de trascender, de ir más allá, de entrar en lo desconocido. Cuando alcances la cumbre del propio ser, sabrás qué le sucedió a Buda bajo el árbol *bodhi* o qué le sucedió a Jesús en la cruz, qué le sucedió a Meera cuando bailaba por las calles. Lo sabrás, pero la expresión será la tuya, propia. No vas a ser una Meera o un Buda o un Jesús. Vas a ser tú mismo, y nunca, antes lo has sido. Eres único.

De modo que no se puede decir nada; no es previsible. Nadie puede decir lo que sucedió, cómo lo manifestarás. Nadie puede decir si cantarás, bailarás, pintarás o permanecerás en silencio. Y es bueno que no se pueda decir nada, que no se pueda predecir nada. Esa es la belleza. Si es posible que será así o asá, entonces serás una cosa mecánica.

Las predicciones sólo son posibles respecto dispositivos mecánicos. La consciencia humana es impredecible; esa es su libertad. De modo, cuando el tantra dice que no persigas ideales, no significa que niegues a Buda. No, no es la negación. En realidad, es así como puedes encontrar tu propia naturaleza

búdica. Siguiendo a alguien te la perderás. Siguiendo tu propio camino, puedes conseguirla, puedes lograrla.

Alguien fue a un maestro Zen, Bokuju. El maestro Bokuju era muy famoso, muy conocido, un gran hombre, así que alguien preguntó: «¿Estás siguiendo realmente a tu maestro?».

Bokuju dijo: «Sí, le estoy siguiendo». Pero el hombre que hizo la pregunta se turbó porque se sabía en todo el país que Bokuju no estaba siguiendo a su maestro en absoluto. Así que el hombre dijo: «¿Estás intentando engañarme? Todo el mundo sabe y tú también eres consciente de que no estás siguiendo a tu maestro en absoluto; sin embargo, dices que le estás siguiendo. ¿Qué quieres decir?».

Bokuju dijo: «Estoy siguiendo a mi maestro, porque mi maestro nunca siguió a su maestro. Eso es lo que he aprendido de él. ¡Él fue él mismo!».

Así es como hay que seguir a un Buda, a un Jesús. ¡Ésta es la manera! ¡Ellos son únicos! Si realmente les estás siguiendo, *tú* debes ser único.

Buda nunca siguió a nadie, y sólo alcanzó la iluminación en el momento en que había dejado completamente de seguir. Cuando se volvió él mismo, cuando dejó de lado los caminos, todas las enseñanzas, todas las doctrinas, entonces pudo alcanzarla. Si le sigues, no le estás siguiendo. No es paradójico; sólo lo parece. Si le sigues como una rutina muerta, si le imitas, no le estás siguiendo. Él nunca siguió a nadie, y sólo así pudo volverse una cúspide. Compréndele, no le sigas; y entonces sucederá un seguimiento sutil. Pero eso es interno: no una imitación.

En la gran obra de Nietzsche *Así hablaba Zaratustra*, el último mensaje de Zaratustra a sus discípulos es: «Tened cuidado conmigo. Ya os he dicho todo lo que os tenía que decir. Ahora tened cuidado conmigo. No me sigáis olvidadme. Dejadme y marchaos».

Éste es el último mensaje de todos los grandes maestros. Ningún gran maestro querrá convertirte en una marioneta, porque entonces te está matando. Entonces es un asesino. Te ayudará a ser tú mismo. Y si no puedes ser tú mismo en la intimidad y la comunicación con tu maestro, entonces ¿dónde serás tú mismo?

El maestro significa una oportunidad para ti de ser tú mismo.

Sólo las mentes pequeñas, las mentes estrechas que simulan ser maestros y que no son maestros tratarán de imponerse sobre ti. Los grandes maestros te ayudarán a crecer en tu propio camino, y los grandes maestros crearán todo tipo de barreras para que no caigas en la tentación de seguir. ¡Crearán todo tipo de barreras! No te lo permitirán, porque tendrás la tendencia de seguir. Es fácil, la imitación es fácil; ser auténtico es arduo. Y cuando imitas, no te sientes responsable de ello; el maestro es responsable. Ningún gran maestro ha permitido nunca a nadie que le imite. Creará todo tipo de obstáculos para que no puedas imitarle. Te llevará a ti mismo por todos los medios.

Esto me recuerda a un santo chino que estaba celebrando el aniversario de la iluminación de su maestro. Habían venido muchos seguidores. Dijeron: «Pero no habíamos oído nunca que este hombre fuera tu maestro. Nunca supimos que pertenecieras a este hombre». Ese hombre ya estaba muerto.

Dijeron: «Sólo hoy nos hemos enterado de que celebraras el día de la iluminación de tu maestro. ¿Este hombre era tu maestro? Pero ¿Cómo? ¡Nunca te vimos con él!».

El santo respondió: «Estuve con él, pero él se negó a ser mi maestro, y debido a su negativa pude llegar a ser yo mismo. Ahora, todo lo que soy es debido a su negativa. Soy su discípulo. no podía haberme aceptado; entonces yo habría puesto toda la responsabilidad sobre sus hombros. Pero él se negó, y él era el último. No había comparación. Cuando rehusó, yo no podía acudir a nadie más, porque él era el único refugio. Si él se negaba, no tenía sentido, no tenía objeto ir a ninguna parte. Dejé de acudir a nadie. Él era el último. Si me hubiese aceptado, yo me habría olvidado de mí mismo. Pero se negó, y se negó muy groseramente. La negativa supuso una conmoción y un desafío, y decidí que ya no acudiría a nadie. Si este hombre había rehusado, entonces no había nadie a quien mereciera la pena ir. Entonces empecé a trabajar a solas, y sólo entonces caí en la cuenta. Con el tiempo, de por qué había rehusado. Me había lanzado a mí mismo, y sólo entonces supe que me había aceptado. Si no, ¿por qué iba a rehusar?»

Esto parece contradictorio, pero así es como funciona el mecanismo más profundo de la consciencia. Los maestros son misteriosos. No puedes juzgarlos; no puedes estar seguro de lo

que están haciendo a menos que suceda todo ello. Sólo entonces, retrospectivamente, serás capaz de saber lo que estaban haciendo. Ahora es imposible. En mitad del camino no puedes juzgar lo que está sucediendo, lo que se está haciendo. Pero una cosa es segura: la imitación no puede ser permitida.

La inspiración es otra cosa. Mediante la inspiración empiezas el viaje; no algún esfuerzo por copiar. Vas por tu propio camino. La inspiración es simplemente un desafío. Surge una sed, y entonces te pones en movimiento.

El tantra dice que te inspires, pero que no te vuelvas un imitador. Recuerda siempre que tú eres tu propia meta. Nadie más puede serlo, y a menos que alcances el punto desde el que puedas decir: «He cumplido mi destino y ahora estoy colmado», no pares. Sigue trascendiendo, sigue descontento, sigue avanzando. Y si no pones ningún ideal, puedes ser enriquecido por todos.

En cuanto te obsesionas con un ideal, te cierras. Si te obsesionas con Buda, entonces Jesús no es para ti, entonces ¿cómo va ser para ti Mahoma? Entonces estás obsesionado con un ideal; entonces estás tratando de imitarlo. Entonces todos los contrarios, todos los diferentes son antagónicos en tu mente. ¿Cómo va a concebir un seguidor de Mahavira estar abierto a Mahoma? Es imposible. Es totalmente diferente. No sólo diferentes; son contrarios. Parecen polos opuestos. Si los pones a ambos en tu mente, estarás en un hondo conflicto, de modo que no los puedes poner a ambos.

Por eso los seguidores siempre son enemigos de otros seguidores. Crean enemistad en el mundo. Un hindú no puede concebir que Mahoma pueda estar iluminado; un mahometano no puede concebir que Mahavira pueda estar iluminado, que Jesús pueda estar iluminado. Jesús parece tan triste y Krishna parece tan dichoso. La dicha de Krishna y la tristeza de *Jesús* son polos opuestos totales. Los seguidores de Jesús no pueden concebir que Krishna esté iluminado. ¿Tanto sufrimiento en el mundo y él está tocando la flauta? Parece ser demasiado egoísta. ¿El mundo entero está sufriendo, y él sigue bailando con sus *gopis*?

Los seguidores de *Jesús* pensarán que esto es profano..., pero digo «los seguidores». Un Jesús y un Buda y un Krishna pueden existir juntos sin ningún problema, sin ningún conflicto. Más bien

disfrutarán muchísimo mutuamente; pero no seguidores ¿Por qué? ¿Por qué es esto así? Esto es así, porque hay una profunda razón psicológica, un seguidor no está interesado en Mahoma o Mahavira; está interesado en sí mismo. Si piensa que ambos son buenos, estará en dificultades. Entonces ¿a quién seguir y qué hacer? Mahoma tiene la espada en la mano y Mahavira dice que incluso matar un insecto significa que tendrás que sufrir durante vidas. Mahoma está con su espada, así que ¿qué hacer? Mahoma va a la guerra, y Mahavira se escapa completamente de la vida. Se escapa tanto que no tiene miedo incluso de respirar, porque al respirar acaba con muchas, muchísimas vidas. El miedo de respirar y Mahoma va a la guerra.

¿Cómo va a crear espacio para el opuesto, un seguidor de cualquiera de los dos? Entonces el corazón se dividirá y estará en un conflicto de tanteo. Para evitar esto, dice que todos los demás están equivocados y que sólo esto está en lo correcto. Pero esto es su problema. *Esto* se crea porque está tratando de imitar. No es necesario. Si eres un imitador, entonces puedes probar el de muchos ríos y muchos pozos, y no hay ningún problema si el sabor difiere. Antes bien, estás abierto. Te enriqueces con ello. Entonces estás abierto a Mahoma y a Mahavira y a Cristo y a Zaratustra a todo el mundo. Todos ellos te inspirarán para ti mismo. No son ideales; todos ellos te ayudan a ser tú mismo. No se están apuntando a sí mismos, están apuntando hacia ti de maneras diferentes, con métodos diferentes. Están apuntando a un objetivo, y ese objetivo eres *tú*.

Laura Huxley ha escrito un libro. Se titula *no eres el objetivo*. Pero yo te digo que tú *eres* el objetivo de todos ellos: de Buda, de Mahavira, de Krishna, de Cristo. Todos señalan hacia ti. Tú eres el objetivo, tú eres la meta. A través de ti, lo está intentando, pugnando por alcanzar una cumbre única. ¡Alégrate de ello! ¡Estate agradecido por ello! La vida está intentando alcanzar un objetivo único a través de ti, y ese objetivo sólo puede alcanzarse a través de ti. Nadie más puede alcanzarlo. Tú estás destinado a ello. Así que no pierdas el tiempo siguiendo a otros. Pero eso no significa que no te inspires. En realidad, si no estás siguiendo a nadie, te puedes inspirar fácilmente. Si estás siguiendo, te has quedado adormecido. No te inspirarás; seguir es estar cerrado.

Segunda pregunta:

Hablaste de que la psicología occidental está enraizada en conceptos freudianos de la patología, y de que la psicología oriental usa lo supranormal como base desde la que evaluar al hombre. Pero cuando miro a mi alrededor en el mundo moderno, veo que la mayoría de la gente encaja en las categorías de la patología de Freud. Uno entre un millón encaja en la categoría de lo supranormal, y un pequeño número encaja realmente en el ideal social de la normalidad. ¿Por qué hay tanta patología hoy en día y qué es lo que tú considerarías la definición de lo normal?

Habrá que comprender muchas cosas. No es así; no es que haya muy pocos hombres que alcancen sus cúspides. Hay muchos, pero no tienes ojos para verlos. Siempre que miras a tu alrededor, ves lo que puedes ver. ¿Cómo vas a ver lo que no puedes ver? Tu capacidad para ver determina muchas cosas. Oyes lo que puedes oír, no lo que hay ahí. Si pasa un buda, puede que no seas capaz de reconocerle. Y estabas realmente ahí cuando pasó Buda, pero te lo perdiste. ¡Estabas allí! Estabas allí cuando Jesús estaba vivo, pero le crucificaste. Es difícil ver, porque ves a tu propia manera. Tienes conceptos, tienes categorías, tienes actitudes. Miras a un Buda y un Jesús a través de ellos.

Jesús te pareció un criminal. Cuando Jesús fue crucificado, fue crucificado con dos criminales; a cada lado había un ladrón. Fueron crucificadas tres personas juntas, y Jesús estaba entre dos ladrones. ¿Por qué? Se le consideró de algún modo un criminal inmoral, y tú estabas ahí para juzgar. Incluso si Jesús viniera ahora mismo, le volverías a juzgar de la misma manera, porque tu juicio, tu criterio, no ha cambiado.

Jesús vivió y se hospedó con todos y cualquiera. Se quedó en casa de una prostituta, y todo el pueblo se puso contra él. Pero sus valores eran diferentes. La prostituta llegó, le lavó los pies con sus lágrimas y dijo: «Soy culpable. Soy una pecadora y tú eres mi única esperanza. Si vienes a mi hogar, me libraré de mi culpa. Volveré a estar viva. Si Jesús puede venir a mi casa, entonces soy aceptada».

Así es que Jesús fue. Se hospedó allí, pero todo el pueblo se puso contra él. ¿Qué tipo de hombre es éste, que se queda con

una prostituta? Pero para Jesús, el amor es lo que importa, y nadie le había hecho nunca una invitación tan amorosa. No podía decir que no. Y si Jesús hubiera dicho que no, no habría sido un hombre iluminado. Entonces simplemente habría estado buscando la respetabilidad social. Él *no* estaba buscando la respetabilidad.

En otro sitio, todo el pueblo fue a Jesús con una mujer que había pecado. En el Antiguo Testamento está escrito que si alguien peca, debería ser lapidado hasta morir. No es que *él* deba ser lapidado, sino que *ella* debe ser lapidada, porque sólo las mujeres pecan; el hombre nunca peca..., porque todas estas Escrituras están escritas por hombres. Y esto era un gran problema, así es que consultaron a Jesús sobre ello. Le estaban tendiendo una trampa, porque si Jesús decía: «No, no matéis a esta mujer, no os erijáis en jueces», entonces podían decir: «Estás en contra de las Escrituras». Y si Jesús decía: «Sí, matad a esta mujer, apedreadla», entonces dirían: «¿Qué ha sido de tu mensaje "Amad a vuestros enemigos", y qué ha sido de tu mensaje "No juzguéis y no seréis juzgados"?».

De modo que le estaban tendiendo una trampa. Estaban creando un dilema, un dilema lógico. Dijera lo que dijera Jesús, le cogerían. Pero no puedes coger a un hombre iluminado; es imposible. Es imposible, y cuanto más trates de atraparlo..., más atrapado quedarás tú con él. De modo que Jesús dijo: «La Escritura es totalmente correcta. Pero que den un paso adelante los que nunca hayan pecado. Coged piedras en las manos y asesinaad a esta mujer, pero sólo los que nunca hayan pecado». El gentío empezó a dispersarse. Los que estaban delante empezaron a irse para atrás, porque ¿quién iba a lapidar a esta mujer?

Pero se volvieron enemigos de Jesús. Y cuando digo «ellos», me refiero a ti. Tú siempre has estado ahí. No puedes reconocer, no puedes ver. ¡Estás ciego! Por eso te parece siempre que el mundo es malo y que no hay iluminación..., que todo el mundo es patológico. No es así, pero sólo ves patología porque tú eres patológico. Puedes comprender la enfermedad porque estás enfermo. No puedes comprender la salud porque nunca has estado sano. El lenguaje de la salud simplemente se te escapa.

He oído acerca de un místico judío, Baal Shem. Alguien vino a preguntarle: «¿Qué es más importante, qué es más valioso: la riqueza o la sabiduría?».

El hombre estaba haciendo esa pregunta con un motivo, así que Baal Shem se rió y dijo: «Por supuesto, la sabiduría es más importante, más valiosa».

Entonces el hombre dijo: «Entonces, Baal Shem, la segunda pregunta: Siempre te veo a ti, el sabio, acudiendo a los ricos. Siempre vas a casa de los ricos. Nunca he visto a un rico acudiendo a ti, el sabio, y dices que la sabiduría es más valiosa que la riqueza. Entonces explícame este fenómeno».

Baal Shem se rió y dijo: «Sí, los sabios van a los ricos porque son sabios y conocen el valor de la riqueza, y los ricos son sólo ricos -simplemente ricos y nada más- y no pueden comprender el valor de la sabiduría. Por supuesto, voy porque conozco el valor de la riqueza. ¿Y esos hombres idiotas? Son simplemente ricos; nada más. No pueden comprender el valor de la sabiduría así que nunca vienen a mí».

Si ves a un santo yendo a un palacio, dices «¡Muy bien! Este hombre no es un santo». Se acabó, porque miras a través de tus propios ojos, riqueza tiene un significado para ti. Sólo puedes seguir a un santo que renuncie a la riqueza porque estás obsesionado con la riqueza. Miras a través de ti mismo, y todo lo que dices es más sobre ti mismo que sobre nadie más. Es siempre sobre ti, tú eres la referencia. Cuando dices que Buda está iluminado, no es eso lo que quieres decir. Simplemente quieres decir: «A mí no me parece que esté iluminado».

Pero ¿quién eres tú? ¿Y depende su iluminación de modo alguno de tu actitud, de tu enfoque, de tu punto de vista? Tú tienes categorías fijas de pensamiento y no dejas de usarlas. La patología es reconocible para ti, pero la iluminación, no. Y no puedes comprender lo que está por encima de..., recuerda: sólo puedes comprender lo que está debajo de ti o, a lo sumo, al mismo nivel. No puedes comprender lo que está más alto; eso es imposible. Para comprender lo que está más alto, tendrás que elevarte. Puedes comprender lo que es más bajo.

Considéralo de esta forma: un loco no puede comprenderte. A un loco le resulta imposible comprenderte; él mira a través de su locura, pero tú puedes comprender a un loco. Está por debajo de ti. El ser humano normal puede comprender los anormales que han ido más abajo, que se han vuelto patológicos, pero no puede comprender a los que están por encima. Incluso un Freud tiene

miedo.

Jung ha escrito en sus memorias que una vez le sucedió que quiso analizar los sueños de Freud. Era uno de los discípulos más importantes de Freud. Estaban viajando a los Estados Unidos en barco, de manera que estuvieron juntos durante muchos días. Un día, Jung se armó de valor. En aquellos tiempos, era el discípulo más íntimo, y le preguntó a Freud: «Me gustaría analizar sus sueños, así que cuénteme cualquier sueño. Pasaremos juntos muchísimos días, así que lo analizaré».

¿Qué dijo Freud? Freud dijo: «¿Qué quieres decir? Si analizas mis sueños, perderé mi autoridad. No puedo contarte mis sueños». Se asustó tanto porque en sus sueños podría manifestarse la misma patología, las mismas enfermedades que él está poniendo de manifiesto en los sueños de los demás. Dijo: «No puedo perder mi autoridad, no puedo hablarte de mis sueños».

Freud, el psicólogo más insigne de su época, es propenso a todas las enfermedades a las que es propenso cualquier otro. Cuando Jung le dijo: «Voy a dejarte», se cayó de su silla y perdió el sentido. Se desmayó. Permaneció inconsciente durante horas, porque estaba tan pasmado ante la idea de que un discípulo le abandonara, de que un discípulo le dijera: «Voy a dejarte».

Si le dices a un buda: «Voy a dejarte», ¿puedes concebir que se caiga y pierda el sentido? Incluso si le abandona la totalidad de sus diez mil discípulos, se sentirá feliz..., tan feliz que percibirá que es bueno que os vayáis. ¿Por qué vuestros psicólogos también son como vosotros. No están por encima. Tienen los mismos problemas, de modo que un psicólogo va a otro psicólogo para ser analizado. No es como un médico que va a otro médico para ser tratado. Para los médicos está bien; se les puede perdonar. Pero para los psicólogos parece absurdo. ¿Un psicólogo que va a otro para ser analizado? ¿Qué significa esto? Es un hombre corriente. La psicología es sólo una profesión.

Buda no tiene ninguna profesión, no es un hombre corriente. Ha despertado a una nueva realidad; ha alcanzado un nuevo estado de ser. Ahora puede mirar desde una cúspide. Puede comprenderte, pero tú no puedes comprenderle a él. Y lo intente como lo intente, es realmente imposible hacer que le comprendas. Seguirás malentendiéndole a menos que no quedes

prendido de sus palabras, sino de su personalidad; a menos que quedes prendido de su magnetismo, no de sus palabras. A menos que te vuelvas como un trozo de hierro y quedes prendido de su magnetismo, no podrás comprenderle; le malinterpretarás. Por eso no puedes ver. Pero el mundo siempre tiene sus personas iluminadas. La patología es reconocida porque somos patológicos, de modo que podemos verla y comprenderla.

En segundo lugar, incluso si sólo hay uno, un solo ser humano que ha logrado la iluminación a lo largo de la historia humana, incluso si sólo hay un buda, él es suficiente para mostrarte la posibilidad. Si puede sucederle a un ser humano, ¿por qué no va a poder sucederte a ti? Si una semilla se puede volver una flor, entonces toda semilla tiene la potencialidad de volverse una flor. Puede que seas sólo una semilla, pero ahora conoces tu futuro. Ahora eres consciente de que es posible mucho más.

Pero está sucediendo lo contrario con la mente humana. Siempre ha estado sucediendo. Ves un capullo que luego se rompe, y entonces sale la mariposa. Con el hombre parece ocurrir justo lo contrario. El hombre nace siendo como una mariposa, y luego entra en el capullo. Todo niño es más un buda que lo que volverá a ser. Mira a un niño, mira sus ojos. Son más como los de un buda que los ojos de cualquier adulto. La manera en que se sienta, la manera en que se mueve: la gracia, la belleza, el vivir en el momento; incluso su ira es bella. Es tan total. Y siempre que algo es total es bello.

Mira a un niño enfadado brincando y gritando. ¡Simplemente mira! No te preocupes por ti mismo, porque te está molestando. Observa el fenómeno. La ira es bella: porque el niño está tan totalmente en ella que no queda nada pendiente. Él es la ira, y es tan auténtico que nada queda reprimido. No está refrenándose; se ha convertido en la ira. Mira al niño cuando ama, cuando te da la bienvenida, cuando se acerca a ti: es como un buda. Pero pronto le ayudarás, la sociedad le ayudará a entrar en el capullo, y entonces morirá en él.

Desde la cuna vamos inmediatamente a la tumba. Por eso hay tanta patología, porque a nadie se le permite ser natural. Se fuerza la patología.

Eres enjaulado, aprisionado en una pauta muerta, y entonces tu ser espontáneo sufre, y no puedes salir de esto. Por eso hay

tanta patología. Esta patología la crea el hombre; y cuanto más civilizado se vuelve el hombre, más patológico se vuelve. De modo que ahora éste es el criterio: si en tu país hay menos locos, ten muy claro que sois menos civilizados. Si en tu país está aumentando el número de locos, y todo el mundo está enloqueciendo y todo el mundo va al psicoanalista, ten muy claro que sois el país más civilizado del mundo.

Cuando algún país llegue al punto óptimo, todos sus habitantes se habrán vuelto locos. La civilización te vuelve loco porque no te permite ser tu ser natural. Todo es reprimido, y con la represión todo es alterado. Ni siquiera puedes respirar naturalmente; todo lo demás está fuera de consideración. Ni siquiera tu respiración es natural. No puedes respirar hondo porque la sociedad no te permite que respires hondo.

Respira hondo, porque si respiras hondo no puedes reprimir tus instintos. Si quieres reprimir algo, puedes observar los cambios que se producen en tu respiración. Si estás enfadado y quieres reprimirlo, ¿qué harás? Dejarás inmediatamente de respirar. Con la ira, la respiración se hace profunda, porque la ira requerirá un flujo caliente de sangre dentro de ti, la ira requerirá más oxígeno. La ira requerirá ciertos cambios químicos dentro de ti, y esos cambios se producen mediante la respiración. De modo que cuando te sientas enfadado y quieras reprimirlo, no podrás respirar naturalmente. Respirarás superficialmente.

Mira a un niño y dile que no haga algo. Inmediatamente, su respiración se hará superficial. Entonces no podrá respirar hondo, porque si respira hondo no puede obederte. Entonces hará lo que quiera. De modo que nadie está siquiera respirando hondo. Si respiras hondo, tu centro sexual es más relajado desde dentro, y la sociedad está en contra ello. Respira superficialmente, superficialmente. ¡No respires hondo, así no tocas el centro sexual!

En realidad, el hombre civilizado se ha vuelto incapaz de tener un orgasmo sexual profundo porque no puede respirar hondo. En el acto de amar tu respiración debe ser tan honda que todo tu cuerpo se involucre. De lo contrario, no alcanzarás el orgasmo, y entonces te sentirás frustrado. Así que mucha gente viene a decirme: «No hay placer en el sexo. Lo seguimos haciendo como un algo mecánico, y la energía simplemente se pierde. Después

nos sentimos frustrados, deprimidos». La causa no es el sexo, la causa es sólo que no estás entrando totalmente en ello. Se vuelve algo loco de modo que sólo se suelta semen. Entonces se sienten débiles, y no ganan nada con ello.

Si el cuerpo entero se involucra como un animal, si cada célula del cuerpo se excita y empieza a estremecerse, si el cuerpo entero se vuelve como una fuerza eléctrica y siente, si te quedas sin ego, sin cabeza, y ya no hay pensamiento, si eres el cuerpo moviéndose con un ritmo, vibrando con un ritmo, entonces obtendrás un profundo placer con ello, te sentirás relajado; en cierto sentido, colmado.

Pero esto no puede suceder porque no puedes respirar hondo. Tienes tanto miedo... Mira el cuerpo. El cuerpo tiene dos polos. Un polo es para la entrada: la cabeza es para la entrada. El polo superior es para la entrada de comida, aire, impresiones, pensamientos, cualquier cosa. Ingieres por parte superior; éste es un polo. La parte baja del cuerpo es para soltar. No es para ingerir; no puedes ingerir nada por la parte baja. La parte baja es para soltar, para relajarse. Ingieres por la parte alta, y por la parte baja, sueltas.

Pero el hombre civilizado sólo ingiere; nunca suelta. Eso crea patología. Te vuelves loco. Es como comer y luego seguir acumulando la comida, sin defecar jamás. Te volverás loco. Hay que usar el otro polo. Si alguien es un avaro, inmediatamente se estriñe. Mira a un avaro: padecerá de estreñimiento. La tacañería es una especie de estreñimiento espiritual. Así que sigue acopiando, no dejes nada.

Los que están contra el sexo sin saber lo que están haciendo son avaros. Siguen ingiriendo comida, pero no dan salida a la energía sexual. Entonces se vuelven locos. No hay necesidad de soltarla sólo por el centro sexual. Hay otra posibilidad: dejarla salir por el *sahasrar*, el centro más alto, en la parte superior de la cabeza. Eso es lo que enseña el tantra. Pero hay que dejarla salir, no puedes acopiarla. En el mundo no se puede acopiar nada. El mundo es un movimiento, es un río. Toma y da. Si tomas y nunca das, te volverás loco.

Eso es lo que está sucediendo: todo el mundo está tomando y nadie está dando. Te asustas cuando llega el momento de dar. Sólo quieres tomar; incluso en el amor. Quieres que alguien te

ame. La necesidad básica es que ames a alguien; entonces te liberarás. Si alguien te ama, eso no ayudará, porque entonces estás ingiriendo otra vez. Hay que equilibrar estos dos polos; entonces sucede la salud. Y eso es a lo que yo llamo un ser normal. Un ser normal es aquel cuyo tomar y dar son paralelos, están equilibrados. Él es normal.

Llamo anormal al hombre cuyo tomar es excesivo y cuyo dar está desequilibrado. No está dejando salir nada. Incluso si a veces da algo, hay que forzarle. No sale de él. Puedes arrebatarse algo, puedes obligarle a que dé, pero él no dará. Su dar es como un enema; no es natural. Puedes forzarle para que defeque. Pero él no está defecando, no está listo. Es anormal seguir acopiándolo todo. Entonces te volverás loco, porque todo el sistema se altera. Eso es anormal, y supranormal es el que da y nunca toma.

Hay tres cosas: el anormal que toma y nunca da, el normal cuyo dar y tomar están equilibrados, y el supranormal que nunca toma y sólo da. Un buda siempre da; un loco siempre toma. Es el polo opuesto de un buda. Si ambos polos están equilibrados, eres un hombre normal. Al menos sé normal, porque si no puedes ser normal, caerás y te volverás anormal.

Por eso todas las religiones ponen tanto énfasis en *dana*, dar. ¡Da! Sea lo que sea, da, y no pienses en función de recibir. Entonces te volverás supranormal. Pero eso es algo muy remoto. Primero sé normal, equilibrate. Todo lo que tomes, devuélveselo al mundo. Sé simplemente el pasaje. No acopies. Así nunca te volverás loco, nunca estarás neurótico, esquizofrénico, sicótico, o como quieras llamarlo.

Mi definición de un hombre normal es alguien equilibrado, absolutamente equilibrado. Toma aire y luego deja que salga. La respiración entrante y la respiración saliente son iguales: están equilibradas. Intenta estar equilibrado, y recuerda siempre que debes devolver lo que has recibido. Estarás vivo, sano, silencioso, en paz, feliz. Te sucederá un ritmo profundo, y este ritmo sucede mediante un equilibrio de dar y tomar.

Pero seguimos pensando en función de tomar más y más. Todo lo que tomes sin volver a darlo creará perturbación, tensión, sufrimiento. Te volverás un infierno. Antes de tomar algo, piensa siempre en dejar salir algo. ¿Has observado que siempre pones el énfasis en la respiración que entra? Nunca pones el énfasis en la

respiración que sale. Tomas aire, y luego el cuerpo lo expulsa. Inviértelo: serás más normal. Pon el énfasis en la respiración saliente. Haz salir todo el aire que puedas, y deja que el cuerpo tome aire.

Cuando tomas y no te has relajado, tus pulmones se llenan de anhídrido carbónico. Entonces sigues tomando, y nunca dejas salir todo el aire de los pulmones. Sigues empujando hacia dentro el anhídrido carbónico. Entonces tu respiración se vuelve superficial, y los pulmones se llenan totalmente de anhídrido carbónico. Primero haz que salga, y olvídate de tomar. El cuerpo se ocupará de eso por sí mismo. El cuerpo tiene su propia sabiduría, y es más sabio que tu. Haz que salga la respiración y olvídate de tomar. No tengas miedo, no te vas a morir. El cuerpo tomará aire, y tomará todo el que sea necesario. Tomará tanto como hayas sacado, y habrá un equilibrio. Si tú tomas, alterarás el equilibrio, porque está presente la mente acopiadora.

He estado en muchísimas casas y he visto que la gente ha almacenado tantas cosas que no puede vivir, no hay espacio para vivir; y sigue acopiando. Siguen acumulando, y piensan que algún día las cosas serán necesarias. Lo que no sea necesario no lo acumules. Y si algo lo necesita alguien más que tú, es mejor que lo des. Da siempre, y no serás patológico. Todas las civilizaciones antiguas se basaban en *dana*, en dar, y esta civilización moderna está basada en acopiar. Por eso hay más gente volviéndose anormal, neurótica. Todo el mundo está preguntando dónde conseguir, y nadie está preguntando dónde ir a dar, a quién dar.

Última pregunta:

Todos los días, en tus charlas, hablas de la consciencia: consciencia total, consciencia ininterrumpida, etc. Dijiste también que no se puede conseguir con la mente, repitiendo un pensamiento; que hay que sentirla. Pero ¿cómo puede uno sentir a menos que uno la logre? ¿Cuál es la sensación precursora del logro? ¿Cómo imaginar o proyectar lo que aún no ha sucedido? ¿Sucede eso también excluyendo la mente? ¿Cuál es el proceso íntegro? ¿Cómo puede hacerse factible?

Cuando digo que la consciencia no se puede lograr con la

mente, quiero decir que no puedes lograrla pensando en ella. Puedes seguir pensando y pensando en ella, pero estarás moviéndote en círculo.

Cuando digo que no se puede lograr con la mente, quiero decir que no se puede lograr pensando. Tienes que practicarla, tienes que *hacerla*. Sólo puede lograrse haciendo, no pensando; eso es lo primero. Así que no sigas pensando en qué es la consciencia, cómo lograrla o cuál será el resultado. No sigas pensando; empieza a hacer.

Cuando andes por la calle, anda con consciencia. Es difícil y sigues olvidándote, pero no tengas miedo. Cada vez que vuelvas a acordarte, ponte alerta. Da cada paso en completa alerta, deliberadamente, permaneciendo con el paso, sin permitir que la mente se vaya a alguna otra parte. Cuando estés comiendo, come; mastica con consciencia. Independientemente de lo que estés haciendo, no lo hagas mecánicamente..., y entonces es diferente. Y cuando digo que sólo puede sentirse, esto es lo que quiero decir: por ejemplo, puedo levantar la mano mecánicamente, pero también puedo levantar la mano con completa alerta. Mi mente es consciente de que mi mano está siendo levantada. Hazlo, pruébalo: una vez mecánicamente y luego con alerta. Notarás el cambio. La cualidad cambia inmediatamente.

Camina con alerta, y caminarás de manera diferente; tu andar adquiere una gracia diferente. Te mueves más despacio, con más belleza. Si caminas mecánicamente, sólo porque sabes andar y no hay necesidad de estar alerta, entonces el andar es feo, no tiene ningún encanto. Independientemente de lo que estés haciendo, hazlo con alerta, y siente la diferencia. Cuando digo «siente», quiero decir que observes. Primero hazlo mecánicamente y luego con consciencia, y siente la diferencia. Y podrás sentir la diferencia.

Por ejemplo, si comes con consciencia, entonces no puedes comer más de lo que es necesario para el cuerpo. La gente sigue viniendo a decirme: «Ponnos a dieta. Estoy ganando peso constantemente, el cuerpo está acopiando continuamente. Pon nos a dieta».

Yo les digo: «No pienses en la dieta; piensa en la consciencia. Poniéndote a dieta no sucederá nada. No puedes hacerlo. Lo

harás un día, y al día siguiente lo habrás dejado. No puedes seguir con ello. Mejor, come con consciencia».

La cualidad cambia. Si comes con consciencia, masticarás más. Con hábitos inconscientes, mecánicos, simplemente sigues metiendo cosas en tu estómago a la fuerza. No masticas en absoluto; simplemente estás atiborrándote. Entonces no hay ningún placer, y como no hay placer, necesitas más comida para obtener el placer. No saboreas, de modo que necesitas más comida.

Simplemente estate alerta y ve qué sucede. Si estás alerta, masticarás más, y saborearás más, sentirás el placer de comer, y llevará más tiempo. Si tardas media hora en comer, entonces, comiendo la misma cantidad de comida con completa alerta, necesitarás hora y media: tres veces más de tiempo. En media hora habrás comido sólo un tercio de la cantidad, y te sentirás más saciado; habrás disfrutado más la comida. Y cuando el cuerpo disfruta, te dice cuándo parar. Cuando el cuerpo no ha disfrutado en absoluto, nunca te dice cuándo parar, de modo que sigues. Entonces el cuerpo se embota. Nunca oyes lo que está diciendo el cuerpo.

Estás comiendo sin estar presente en ello; eso crea el problema. Estate presente, y todo el proceso irá más despacio. El cuerpo dirá por sí mismo: «¡Ya basta!». Y cuando el cuerpo lo dice, ese es el momento adecuado. Si eres consciente, no puedes transgredir la orden del cuerpo. Pararás. Así que deja que tu cuerpo diga algo. El cuerpo está diciendo cosas en todo momento, pero tú no estás presente para oírlas. Estate alerta y las oírás.

Cuando digo: «Siéntela», ya sé que es difícil. ¿Cómo vas a sentir la consciencia sin ser consciente? No estoy diciendo que puedas sentir la iluminación de Buda ahora mismo, pero hay que empezar en alguna parte. Puede que no consigas todo el océano, pero una gota -sólo una gota- te proporcionará el gusto, y el gusto es el mismo. Si tomas consciencia aunque sea por un solo momento, habrás saboreado el estado búdico. Es momentáneo, un vislumbre de ello, pero ahora sabes más. Y esto nunca te sucederá pensando; sólo sucederá sintiendo.

El énfasis está en sentir, porque el énfasis está en la experiencia «vivida». Pensar es falso; puedes seguir pensando acerca del amor y creando teorías, puedes incluso obtener un

doctorado con una tesis sobre el amor, sobre lo que es el amor... sin estar nunca enamorado. Puede que no sepas qué es el amor; puede que nunca lo hayas sentido. Puedes aumentar tus conocimientos sin crecer en tu ser de forma alguna. Y éstas son dos dimensiones diferentes. Puedes seguir aumentando tus conocimientos. Tu cabeza seguirá volviéndose cada vez más grande, pero tú seguirás siendo el mismo ser diminuto.

Entonces nada está creciendo realmente: es sólo una acumulación. Cuando empiezas a sentir cosas, creces, tu ser crece. Y hay que empezar en alguna parte, ¡así que empieza! Habrá errores; tendrá que haberlos. Seguirás olvidándote; es natural. Pero no te frustres, no descartes el esfuerzo diciendo: «No puedo hacerlo». ¡Puedes hacerlo!

Existe en ti la misma posibilidad que existió en Jesús o en Buda. Eres la semilla; no te falta nada en absoluto. Eres una configuración, eres un todo caótico; todo está ahí. Puedes volverte un buda. pero es necesaria una reorganización de tus cualidades.

Ahora mismo eres caótico porque no hay configuración. La configuración llega cuando empiezas a ser consciente. Sólo siendo consciente empiezan a ponerse en orden las cosas, y este caos que eres se convierte en una sinfonía.

Capítulo 49

Obrar con Consciencia

Los Sutras

73 *En verano, cuando veas el cielo entero incesantemente claro, entra en semejante claridad.*

74 *Shakti, ve todo el espacio como si ya estuviera absorbido en tu propia cabeza en el brillo.*

75 *En estado de vigilia, durmiendo, soñando, concóctete como luz.*

Cuando te miro a los ojos nunca te veo ahí: es como si

estuvieras ausente. Existes ausentemente, y éste es el núcleo de todo sufrimiento. Puedes estar vivo sin estar presente en absoluto, y si no estás presente, tu existencia se volverá un aburrimiento. Y esto es lo que ha sucedido. Así es que cuando te miro a los ojos, no te encuentro ahí. Aún no has llegado, aún tienes que ser. La situación está ahí, y la posibilidad está ahí -tú puedes estar ahí en cualquier momento-, pero aún no lo estás.

Tomar consciencia de esta ausencia es comenzar un viaje hacia la meditación, hacia la trascendencia. Si eres consciente de que, de alguna forma, estás ausente..., existes pero no sabes por qué, no sabes cómo, ni siquiera sabes quién existe dentro de ti. Esta falta de consciencia crea todo el sufrimiento, porque, sin saberlo, todo lo que hagas traerá consigo el sufrimiento. Lo básico no es lo que haces; lo importante es si lo haces con tu presencia o con tu ausencia.

Hagas lo que hagas, si puedes hacerlo con tu presencia total, tu vida se volverá extática; será una dicha. Si haces algo sin tu presencia, ausentemente, tu vida será un sufrimiento: tiene que serlo. El infierno significa tu ausencia.

De modo que hay dos tipos de buscadores: un tipo de buscador está siempre en busca de qué hacer. Ese buscador está en un camino erróneo, porque no se trata en absoluto de hacer. Se trata de ser: qué ser, cómo ser.

Así que no pienses nunca desde el punto de vista de la acción y de hacer, porque, hagas lo que hagas, si tú estás ausente no tendrá sentido.

Dará igual que estés en el mundo o que vivas en un monasterio, que funciones entre la multitud o en un punto aislado de los Himalayas. Estarás ausente aquí y estarás ausente allí, y hagas lo que hagas -entre la multitud o aislado- traerá consigo sufrimiento. Si no estás presente, entonces todo lo que haces está mal.

El segundo tipo, y el tipo correcto, de buscador, no anda en busca de qué hacer, anda en busca de cómo ser. Lo primero es cómo ser.

Un hombre fue a Gautama el Buda. Estaba lleno de compasión, de conmiseración, y le preguntó a Gautama el Buda: «¿Qué puedo hacer para ayudar al mundo?».

Se dice que Buda se rió y le dijo al hombre: «No puedes hacer

nada porque no eres. ¿Cómo vas a poder hacer algo si no eres? Así que no pienses en el mundo. No pienses en cómo servir al mundo, en cómo ayudar a los demás». Buda dijo: «Primero, sé; y si eres, entonces, todo lo que haces se vuelve un servicio, se vuelve una oración, se vuelve compasión. Tu presencia es el punto decisivo. Tu ser es la revolución».

De modo que éstos son los dos caminos: el camino de la acción y el camino de la meditación. Son diametralmente opuestos. El camino de la acción se ocupa de ti básicamente en cuanto persona activa, tratará de cambiar tus acciones; tratará de cambiar tu carácter, tu moral, tus relaciones, pero nunca a ti. El camino de la meditación es diametralmente opuesto. No se ocupa de tus acciones; se ocupa directa e inmediatamente de ti. Lo que hagas es irrelevante. Lo relevante es lo que eres. Y eso es básico y primario, porque toda acción se origina en ti.

Recuerda: tus acciones se pueden cambiar y modificar, incluso se pueden reemplazar con acciones diametralmente opuestas, pero no te cambiarán a ti. Ningún cambio externo traerá consigo la revolución interna, porque lo externo es superficial y el centro más íntimo permanece sin tocar; lo que haces no lo toca. Pero a la inversa se produce la revolución: si el centro más íntimo es diferente, la superficie cambia automáticamente. Así que piensa una cuestión básica; sólo entonces podemos adentrarnos en estas técnicas de meditación.

No te preocupes por lo que estés haciendo. Puede que eso sea un truco, puede que eso sea una estratagema para escaparte del problema real. Por ejemplo, eres violento. Puedes hacer todo tipo de esfuerzos para ser no-violento, pensando que si eres no-violento te volverás religioso; que si eres no-violento estarás más cerca de lo divino. Eres cruel, y puede que hagas todo tipo de esfuerzos para ser compasivo.

Puedes hacerlo, y no cambiará nada y seguirás siendo el mismo. Tu crueldad se volverá una parte de tu compasión..., y eso es más peligroso. Tu violencia se volverá una parte de tu no-violencia; eso es más sutil. Serás violentamente no-violento. Tu no-violencia tendrá toda la locura de la violencia, y serás cruel por medio de tu compasión.

Incluso puede que mates por compasión; la gente ha matado. Hay muchas guerras religiosas: se luchan con un talante de

compasión. Puedes matar muy compasivamente, muy no-violentamente; puedes matar y asesinar amorosamente, porque estás matando por el bien de la persona a la que estás matando. Le estás matando por sí mismo, por su propio bien, para ayudarlo...

Puedes cambiar tus actos, y este esfuerzo para cambiar los actos puede que sea sólo una estratagema para escaparte del cambio básico. El cambio básico es éste: primero tienes que ser. Debes volverte más alerta, más consciente de tu ser; sólo entonces llega a ti una presencia. Nunca te sientes a ti mismo, e incluso cuando a veces te sientes, te sientes a través de los demás: mediante la excitación mediante la estimulación, mediante la reacción.

Es necesaria otra persona, y por vía de la otra persona te puedes sentir a ti mismo. Esto es absurdo.

Solo, sin excitación, sin nadie que haga de espejo, te duermes, te aburres, nunca te sientes a ti mismo. No hay presencia. Vives de manera ausente.

Esta existencia ausente es la mente irreligiosa. Llenarte de tu propia presencia, de la luz de tu propio ser, es volverte religioso. Así que recuerda esto como un punto básico: que lo que me interesa no son tus acciones. Lo que haces es irrelevante. Lo que eres -ausente, presente, consciente, inconsciente- es lo que me interesa. Y estas técnicas en las que vamos a adentrarnos, son técnicas para hacerte más presente, para traerte al aquí y ahora.

O es necesaria otra persona para sentirte a ti mismo, o es necesario el pasado: mediante el pasado, mediante recuerdos pasados, puedes sentir tu identidad. O es necesario el futuro: puedes proyectar en él tus sueños. Puedes proyectar tus ideales, vidas futuras, *moksha*. O necesitas recuerdos pasados para sentir que eres, o necesitas una proyección futura, o a otra persona, pero tú solo nunca eres suficiente. Ésta es la enfermedad, y a no ser que tú solo seas suficiente, nada será suficiente para ti. Y una vez que tú solo te has vuelto suficiente en ti mismo, has salido victorioso, la lucha ha terminado. Ya no volverá a haber sufrimiento. Ha llegado un punto sin retorno.

Más allá de este punto hay bienaventuranza, dicha eterna. Antes de este punto estás abocado a sufrir, pero, extrañamente, todo el sufrimiento es obra tuya. Es un milagro que crees tu

propio sufrimiento. Nadie más lo está creando. Si alguna otra persona lo está creando, entonces es difícil trascenderlo. Si lo está creando el mundo, entonces ¿qué puedes hacer tú? Pero contigo sí *puedes* hacer algo, eso significa que nadie más está creando tu sufrimiento: es tu propia pesadilla. Y éstos son sus elementos básicos.

Lo primero: sigues pensando que eres, crees que eres. Esto es simplemente una creencia. Nunca te has encontrado contigo mismo, nunca has estado cara a cara contigo mismo; nunca te has encontrado a ti mismo, no ha habido un encuentro. Simplemente crees que eres. Descarta totalmente esta creencia. Ten muy claro que aún tienes que ser, que no eres, porque con esta creencia falsa nunca serás capaz de transformarte. Con esta creencia falsa toda tu vida se volverá falsa.

Gurdjieff solía decir a sus discípulos: «No me preguntes qué hacer. No puedes hacer nada, porque para hacer algo primero serás necesario tú. Y tú no estás presente, así que ¿cómo vas a hacerlo? Puedes pensar en hacer, pero no puedes hacer nada».

Estas técnicas son para ayudarte, para traerte de vuelta; para ayudarte a crear una situación en la que te puedas encontrar a ti mismo. Habrá que destruir muchas cosas: todo lo que es erróneo, todo lo que es falso. Antes de que surja lo real, lo falso tendrá que irse; debe cesar. Y éstas son las ideas falsas: que eres. Éstas son las ideas falsas: que eres un alma, *atma*, que eres *Brahma*. No es que no lo seas, pero estas ideas son falsas.

Gurdjieff tuvo que hacer hincapié en que no tienes alma. Contra todas las tradiciones, insistió en que «el hombre no tiene alma. El alma es simplemente una posibilidad: puede ser, puede que no sea. Hay que conseguirla. Es simplemente una semilla».

Y este énfasis es bueno. La posibilidad existe, la potencialidad está ahí, pero aún no es una realidad. Y seguimos leyendo el Gita y los Upanishads y la Biblia, y seguimos considerando que somos el alma: la semilla pensando que es el árbol. El árbol está oculto en ella, pero aún tiene que ser revelado. Y es bueno recordar que puede que sigas siendo una semilla, y puede que mueras siendo una semilla: porque el árbol no puede llegar, el árbol no puede brotar por sí solo. Tienes que hacer algo conscientemente al respecto, porque sólo crece mediante la consciencia.

Hay dos tipos de crecimiento. Uno es el crecimiento

inconsciente, natural: si se da la situación.

La cosa crecerá. Pero el alma, el *atma*, el ser más íntimo, lo divino que hay dentro de ti, es un tipo de crecimiento enteramente diferente. Sólo crece mediante la consciencia. No es natural, sino sobrenatural.

Si se deja a la naturaleza misma, no crecerá; si se deja simplemente a la evolución, nunca evolucionará. Tienes que hacer algo conscientemente, tienes que hacer un esfuerzo consciente al respecto, porque sólo crece mediante la consciencia. Una vez que la consciencia está enfocada en ello, el crecimiento tiene lugar. Estas técnicas son para hacerte más consciente.

Ahora nos adentraremos en las técnicas.

73 Vuélvete la claridad del cielo sin nubes.

Primera técnica: *En verano, cuando veas el cielo entero incesantemente claro, entra en semejante claridad.*

En verano, cuando veas el cielo entero incesantemente claro, entra en semejante claridad. La mente es confusión; no hay claridad. Y la mente siempre está hacinada, siempre está nublada; nunca es un cielo abierto, despejado, vacío. La mente no puede ser eso. No puedes hacer que tu mente esté diáfana; no es la naturaleza de la mente estar así. La mente permanecerá poco clara. Si puedes dejar atrás la mente, si puedes trascender la mente de repente y salir de ella, te sucederá la claridad. Tú puedes tener claridad, pero la mente, no. No hay tal cosa: una mente clara; nunca la ha habido y nunca la habrá. Mente significa falta de claridad, confusión.

Intenta comprender la estructura de la mente, y entonces esta técnica estará clara para ti. ¿Qué es la mente? Un proceso continuo de pensamiento, una procesión continua de pensamientos -asociados, no asociados, relevantes, irrelevantes-, muchas impresiones multidimensionales recogidas de todas partes. La vida entera consiste en recoger, recoger polvo. Y esto sigue y sigue.

Nace un niño. Un niño es diáfano porque no tiene mente. En el momento en que aparece la mente, entra la falta de claridad, la confusión. Un niño es claro, es claridad, pero tendrá que acumular

conocimientos, información, cultura, religión, condicionamientos; necesarios, útiles. Tendrá que recoger muchas cosas de todas partes, de muchas fuentes: fuentes opuestas, contradictorias. Recogerá cosas de miles y miles de fuentes. Entonces la mente se convertirá en un mercado, una multitud, y debido a tal cantidad de fuentes, tendrá que haber confusión. E independientemente de lo que recojas, nada es seguro, porque el conocimiento es siempre algo que sigue creciendo.

Recuerdo que alguien me refirió una anécdota. Era un gran investigador, y me contó esto acerca de un profesor suyo que le había dado clase durante cinco años en una universidad médica. El profesor era un gran erudito en su materia. Lo último que hizo fue reunir a sus alumnos y decirles: «Os tengo que enseñar una cosa más. De todo lo que os he enseñado, sólo es correcto el cincuenta por ciento, y el otro cincuenta por ciento es absolutamente erróneo. Pero el problema es que no sé qué cincuenta por ciento es correcto y qué cincuenta por ciento es incorrecto; no lo sé».

Así es todo el edificio del conocimiento. Nada es seguro, nadie sabe, todo el mundo está tanteando. Creamos sistemas tanteando, y hay miles, miles de sistemas. Los hindúes dicen una cosa, los cristianos dicen otra, los musulmanes otra distinta, todas contradictorias, todas contradiciéndose mutuamente; ningún acuerdo, ninguna certeza y todas estas fuentes son las fuentes de tu mente. Vas recogiendo: tu mente se vuelve una chatarrería; tendrá que haber confusión. Sólo una persona que no sabe mucho puede estar segura. Cuanto más sepas, menos seguro estarás.

La gente, la gente primitiva, estaba más segura y aparentemente parecía ser más diáfana. No había claridad: simplemente inconsciencia de los hechos que podrían contradecirlos. Si la mente moderna está más confusa, la razón de ello es que mente moderna sabe más. Si sabes más, estás más confuso, porque ahora tienes más conocimientos, y cuanto más sabes, menos seguro estás. Sólo los idiotas pueden estar seguros, sólo los idiotas pueden ser dogmáticos, sólo los idiotas no dudan nunca. Cuanto más sabes, menos terreno firme queda bajo tus pies, más dubitativo te vuelves. Lo que quiero decir es que cuanto más crece la mente, más sabrás que la naturaleza de

la mente es la confusión.

Cuando digo que sólo los idiotas pueden estar seguros, no quiero decir que un Buda es un idiota, porque no está vacilante. Recuerda la diferencia. Él no está seguro, no está vacilante: simplemente tiene claridad. Con la mente, incertidumbre; o la mente idiota, certeza. Sin mente, ambas cosas desaparecen: la certeza y la incertidumbre.

Buda es una claridad, un espacio, un espacio abierto. No está seguro: no hay nada de lo que estar seguro. No está vacilante: no hay nada sobre que vacilar. Sólo alguien que esté buscando la certeza puede estar vacilante. La mente siempre es vacilante y siempre está buscando la certeza, siempre está confusa y siempre está buscando claridad. Un buda es alguien que ha dejado la mente; y con la mente, toda la confusión, toda la certeza, toda la incertidumbre, todo se deja.

Considéralo de esta manera: tu consciencia es como el cielo y tu mente es como las nubes. El cielo nunca es tocado por las nubes. Vienen y van; no dejan ninguna señal. El cielo permanece virgen: ninguna evidencia, ninguna huella, nada de las nubes, ningún recuerdo. Las nubes vienen y van; el cielo permanece inalterado. Esto es lo que ocurre también dentro de ti: la consciencia permanece inalterada. Los pensamientos vienen y van, las mentes se desarrollan y desaparecen. Y no pienses que tienes una sola mente; tienes muchas mentes: es una caterva. Tus mentes siguen cambiando.

Eres comunista, de modo que tienes un cierto tipo de mente. Puedes dejarlo y hacerte anticomunista. Entonces tienes una mente diferente; no sólo diferente, sino justo la opuesta. Puedes seguir cambiando de mente como de ropa. Y sigues cambiando. Puede que no seas consciente de ello: estas nubes vienen y van. La claridad puede lograrse si tomas consciencia del cielo. No te centres en las nubes y céntrate en el cielo. Esta técnica dice: *En verano, cuando veas el cielo entero incesantemente claro, entra en semejante claridad.*

Medita con el cielo: un cielo de verano sin nubes, incesantemente vacío y claro, sin nada que se mueva en él, totalmente virginal. Contéplalo, medita con él y entra en esta claridad. Vuélvete esta claridad, esta claridad espacial.

Si meditas con el cielo abierto, sin nubes, de pronto notarás

que la mente está desapareciendo, que la mente está cesando. Habrá lagunas. De pronto tomarás consciencia de que es como si el cielo claro hubiese entrado también en ti. Habrá intervalos. Por un tiempo, los pensamientos cesarán: como si el tráfico hubiera cesado y no se moviera ninguno.

Al principio será sólo durante unos momentos, pero incluso esos momentos son transformantes. A la larga, la mente irá más despacio; aparecerán lagunas mayores. Durante minutos seguidos no habrá ningún pensamiento, ninguna nube. Y cuando no *hay* ningún pensamiento, ninguna nube, el cielo externo y el interno se hacen uno, porque sólo el pensamiento es la barrera, sólo el pensamiento crea el muro; sólo debido al pensamiento lo externo es externo y lo interno es interno. Cuando no hay pensamiento, lo externo y lo interno pierden sus lindes, se hacen uno. En realidad, los lindes nunca existieron. Surgieron a la vista debido al pensamiento, la barrera.

Meditar con el cielo es hermoso. Túmbate para olvidarte de la Tierra; tiéndete de espaldas en una playa solitaria, en algún campo, y simplemente mira el cielo. Pero un cielo claro será útil: sin nubes, sin fin. Y simplemente mirando, mirando fijamente el cielo, siente su claridad -la ausencia de nubes, el espacio ilimitado-, y entonces entra en esa claridad, hazte uno con ella. Siente que te has vuelto el cielo, el espacio.

Al principio, si sólo meditas con el cielo abierto, sin hacer nada más, empezarán a aparecer intervalos, porque todo lo que ves entra en ti. Todo lo que ves te toca por dentro; todo lo que ves queda delineado, reflejado.

Ves un edificio. No puedes simplemente verlo; inmediatamente, algo empieza a suceder dentro de ti. Ves a un hombre, a una mujer; ves un coche..., ves cualquier cosa. No está sólo fuera; algo se ha puesto en marcha por dentro, el reflejo, y has empezado a reaccionar a ello. De modo que todo lo que ves te moldea, te hace, te modifica, te crea. Lo externo está constantemente relacionado con lo interno.

Mirar el cielo abierto es bueno. El espacio en sí es bello, sin límites. Tus propios límites desaparecerán, porque el cielo ilimitado se reflejará dentro de ti. Y será bueno si puedes mirar sin parpadear. Si miras sin parpadear..., porque si parpadeas, tu proceso de pensamiento continuará. Mira sin parpadear. Mira el

vacío, entra en ese vacío, siente que te has hecho uno con él, y en cualquier momento el cielo entrará en ti.

Primero entras tú en el cielo y luego el cielo entra en ti. Y hay un encuentro: el cielo interno se une al cielo externo. En ese encuentro hay realización. En ese encuentro no hay mente, porque el encuentro sólo puede ocurrir cuando la mente no está presente. En ese encuentro, por primera vez no eres tu mente. No hay confusión. La confusión no puede existir sin la mente. No hay desdicha, porque la desdicha tampoco puede existir sin la mente.

¿Has observado este hecho alguna vez o no: que la desdicha no puede existir sin tu mente? No puedes ser desdichado sin tu mente. Falta la fuente misma. ¿Quién te proveerá esta desdicha? ¿Quién te hará desdichado? Y esto también es verdad en sentido opuesto: no puedes ser desdichado sin tu mente y no puedes ser dichoso con tu mente. La mente nunca puede ser la fuente de la dicha.

De modo que si el cielo interno y el externo se juntan y desaparece la mente, aunque sea por un momento te llenarás de una nueva vida. La cualidad de esa vida es absolutamente diferente. Es vida eterna, sin contaminar por la muerte, sin contaminar por ningún miedo. En ese encuentro estarás aquí y ahora, en el presente; porque el pasado pertenece a los pensamientos, el futuro pertenece a los pensamientos. El pasado y el futuro forman parte de tu mente. El presente es la existencia: no forma parte de tu mente.

Este momento no pertenece a tu mente. El momento que se ha ido le pertenece, el momento que está por llegar le pertenece a tu mente. Este momento nunca te pertenece. Más bien, tú le perteneces a este momento. Existes aquí; ahora y aquí mismo. Tu mente existe en alguna otra parte, siempre en alguna otra parte.

Descárgate a ti mismo.

Estuve leyendo sobre un místico sufí. Estaba viajando por un sendero solitario, el camino estaba desierto, y vio a un campesino con su carro de bueyes. El carro estaba atascado en el barro. El camino era cerril. El campesino estaba llevando una gran carga de manzanas en su carro de bueyes, pero en alguna parte del camino cerril, el tablero de sujeción del carrromato se soltó y las manzanas se desparramaron. Pero él no se dio cuenta; el

campesino no se dio cuenta.

Cuando el carro se atascó en el barro, por un momento, intentó sacarlo de algún modo, pero todas sus fuerzas fueron en vano, así que pensó: «Ah, debo descargar mi carro; entonces quizá pueda desatascarlo.» Miró atrás. Apenas quedaba una docena de manzanas: la carga ya se había descargado. Puedes imaginar su desdicha. El sufí cuenta en sus memorias que el exasperado campesino hizo un comentario: «¡Atascado, caray! ¡Atascado! ¡Y sin una maldita cosa que descargar!». La única posibilidad era que, si podía descargar el, carro, podría salir; pero ahora, ¡nada que descargar!

Afortunadamente, tú no estás atascado de esa manera. Puedes descargar: tu carro está demasiado cargado. Puedes descargar la mente, y en el momento en que la mente no está, vuelas; te vuelves capaz de volar.

Esta técnica -mirar la claridad del cielo y hacerse uno con ella es una de las más practicadas. Esto lo han usado muchas tradiciones. Y es muy útil particularmente para la mente moderna porque no queda nada en la Tierra. En la Tierra no queda nada con lo que meditar: sólo el cielo, miras a tu alrededor, todo está hecho por el hombre, todo es limitado, con un límite, una limitación. Sólo el cielo está aún, afortunadamente, abierto para meditar con él...

Prueba esta técnica; resultará útil. Pero recuerda tres cosas. Una: no parpadees; mira fijamente. Incluso si los ojos te empiezan a doler y te caen las lágrimas, no te preocupes. Incluso esas lágrimas formarán parte de la descarga; serán útiles.

Esas lágrimas refrescarán tus ojos y los harán más inocentes: los bañarán. Tú sigue mirando.

Lo segundo: no pienses en el cielo, recuerda. Puedes empezar a pensar en el cielo. Puedes recordar muchos poemas, bellos poemas sobre el cielo: entonces perderás la oportunidad. No debes pensar en el cielo, tienes que entrar en él, tienes que hacerte uno con él; porque si empiezas a pensar en él, se crea de nuevo una barrera. Estás perdiéndote el cielo de nuevo, y estás encerrado otra vez en tu propia mente. No pienses en el cielo. Sé el cielo. Simplemente mira y entra en el cielo, y deja el que cielo entre en ti. Si entras en el cielo, el cielo entrará en ti inmediatamente.

¿Cómo lo puedes hacer? ¿Cómo harás... este entrar en el cielo? Simplemente sigue mirando cada vez más lejos. Sigue mirando: como si estuvieras tratando de encontrar el límite. Entra profundamente. Profundiza todo lo que puedas. Ese mismo movimiento romperá la barrera. Y este método debería practicarse durante al menos cuarenta minutos; menos que eso no servirá, no resultará muy útil.

Cuando realmente sientas que te has hecho uno, entonces puedes cerrar los ojos. Cuando el cielo haya entrado en ti, puedes cerrar los ojos. Podrás verlo también dentro. Entonces no hay necesidad. De modo que sólo después de cuarenta minutos, cuando sientas que ha sucedido la unidad y que hay una comunión y que te has vuelto parte de él y que ya no está la mente, cierra los ojos y permanece con el cielo dentro de ti.

La claridad ayudará al tercer punto: *entra en semejante claridad*. La claridad ayudará: el cielo sin contaminar, sin nubes. Simplemente sé consciente de la claridad que hay a tu alrededor. No pienses en ella; simplemente sé consciente de la claridad, la pureza, la inocencia. Estas palabras no son para que las repitas. Tienes que sentirlas en vez de pensarlas. Y una vez que mires el cielo, la sensación vendrá, porque no tienes que imaginar estas cosas: están ahí. Si miras, empezarán a ocurrirte.

El cielo es puro, lo más puro que hay en la existencia. Nada lo hace impuro. Los mundos vienen y van, hay Tierras y luego desaparecen, y el cielo permanece puro. La pureza existe. No necesitas proyectarla; simplemente tienes que sentirla -ser vulnerable a ella para poder sentirla- y la claridad está ahí. Deja que el cielo te suceda. No puedes forzarlo; sólo puedes permitir que suceda.

Todas las meditaciones son realmente permitir que algo suceda. Nunca pienses desde el punto de vista de la agresión, nunca pienses en función de forzar algo. No puedes forzar nada. En realidad, has creado toda la desdicha porque has estado tratando de forzar. No se puede forzar nada, pero puedes dejar que sucedan las cosas. Sé femenino. Deja que sucedan las cosas. Sé pasivo. El cielo es absolutamente pasivo: no hace nada en absoluto, tan sólo permanece ahí. Simplemente sé pasivo y permanece bajo el cielo -vulnerable, abierto, femenino, sin ninguna agresión por tu parte-, y entonces el cielo penetrará en

ti.

En verano, cuando veas el cielo entero incesantemente claro, entra en semejante claridad.

Pero ¿qué puedes hacer si no es verano? -Si el cielo está nublado, si no está claro, entonces cierra, los ojos y entra en el cielo interno. Simplemente cierra los ojos, y si ves algunos pensamientos, vélos como si fueran nubes flotando en el cielo. Sé consciente del fondo, el cielo, y sé indiferente a los pensamientos.

Estamos demasiado ocupados con los pensamientos y nunca somos conscientes de las lagunas. Pasa un pensamiento y, antes de que entre otro, hay un intervalo: en ese intervalo está el cielo. Entonces, cuando no hay pensamiento, ¿qué hay? Hay el vacío. De modo que si el cielo está nublado -no es verano y si el cielo no está claro cierra los ojos, enfoca tu mente en lo más profundo, el cielo interno en el que los pensamientos vienen y van. No prestes mucha atención a los pensamientos; presta atención al espacio en que se mueven.

Por ejemplo, estamos sentados en esta habitación. Puedo mirar esta habitación de dos maneras. O te miro a ti, de manera que soy indiferente al espacio en el que estás, a la espaciosidad, al recinto en el que estás -te miro a ti, enfoco mi mente en ti, que estás aquí, y no en la habitación en la que estás-, o puedo cambiar de enfoque: puedo mirar la habitación, y me vuelvo indiferente a ti. Tú estás aquí, pero mi énfasis, mi enfoque, está en la habitación. Entonces toda la perspectiva cambia.

Simplemente haz esto en el mundo interno. Mira el espacio. Los pensamientos se están moviendo en él: sé indiferente a ellos, no les prestes atención. Están ahí; toma nota de que están ahí, moviéndose. El tráfico está moviéndose en la calle. Mira la calle y sé indiferente al tráfico. No mires a ver quién está pasando; simplemente ten conocimiento de que algo está pasando y sé consciente del espacio en el que está pasando. Entonces el cielo estival sucede dentro.

No hay necesidad de esperar a que llegue el verano, porque nuestras mentes son de tal manera que pueden encontrar cualquier excusa. Dirán: «No es verano, e incluso si es verano, el cielo no está claro».

74 Siente todo el universo en tu cabeza.

Segunda técnica: *Shakti, ve todo el espacio como si ya estuviera absorbido en tu propia cabeza en el brillo.*

Ve todo el espacio como si ya estuviera absorbido en tu propia cabeza en el brillo. Para esta técnica, cierra los ojos. Cuando la hagas, cierra los ojos y siente que todo el universo está absorbido en tu propia cabeza. Será difícil al principio. Es una de las técnicas avanzadas, de modo que será bueno ir hacia ella por etapas. Haz una cosa: si quieres hacer esta técnica, empieza por etapas.

Primero: cuando te vayas a dormir, cuando estés listo para dormirte, acuéstate en tu cama, cierra los ojos y siente dónde están tus pies. Si mides un metro ochenta, o un metro cincuenta, simplemente siente dónde están tus pies, dónde está la demarcación. Luego imagina una cosa: has crecido quince centímetros. Tu altura ha aumentado. tienes quince centímetros más. Siente esto con ojos cerrados. En tu imaginación, siente que mides quince centímetros más.

Luego el segundo paso: siente tu cabeza, donde está, por dentro, y luego siente que tu cabeza también se ha vuelto quince centímetros más larga. Cuando puedas sentir esto, todo será fácil. Entonces auméntalo más. Siente que mides tres metros y medio; o que llenas toda la habitación. Ahora, en tu imaginación, estás tocando las paredes: has llenado toda la habitación. Luego, progresivamente, siente que toda la casa ha entrado en ti. Y una vez que te haces a ello, es muy fácil. Si puedes crecer quince centímetros, todo es fácil entonces. Si puedes sentir que no mides un metro cincuenta sino un metro sesenta y cinco, entonces nada es difícil; esta técnica será fácil.

Sigue sintiendo eso durante tres días; luego durante otros tres días, siente que has llenado la habitación. Es un adiestramiento de la imaginación. Luego, durante tres días, toda la casa dentro de ti; luego, durante tres días, te has vuelto el cielo. Entonces esta técnica será muy fácil.

Shakti, ve todo el espacio como si ya estuviera absorbido en tu propia cabeza en el brillo.

Entonces puedes cerrar los ojos y sentir que todo el cielo, todo el espacio, es absorbido en la cabeza. En el momento en que sientes esto, la mente desaparece, porque la mente necesita un espacio muy angosto. La mente no puede existir en semejante amplitud; simplemente desaparece. En semejante inmensidad, la mente es imposible. La mente sólo puede ser estrecha, limitada. En semejante espacio infinito, no hay lugar para que exista la mente.

Esta técnica es buena. De pronto, la mente se para y está el espacio. Puedes sentir esto en menos de tres meses. Toda tu vida será diferente. Pero avanza hacia ello paso a paso, porque a veces, con esta técnica, la gente se vuelve loca, pierde el equilibrio. Es tan tremendo, el impacto es tan tremendo...; de pronto, si caes en la cuenta de que tu cabeza ha absorbido todo el espacio, y ves estrellas y lunas moviéndose dentro de ti, todo el universo, puede que te marees. En muchas tradiciones, esta técnica se usa con mucha cautela.

Uno de los místicos indios de este siglo, Ramateertha, usó esta técnica, y muchos sospechan, muchos de los que saben sospechan que se suicidó debido a esta técnica. Para él no fue un suicidio, porque para él -uno que ha sabido que todo el espacio está dentro de él- el suicidio es imposible, no puede suceder. No hay nadie ahí para suicidarse. Pero para los demás, para los que observaban desde fuera, fue un suicidio.

Empezó a sentir que todo el universo se movía dentro de él, dentro de su cabeza. Sus discípulos pensaron que estaba hablando poéticamente. Luego empezó a parecerles que se había vuelto loco, porque empezó a afirmar que él era el universo y que todo estaba dentro de él. Y luego, un día se tiró a un río desde el barranco de una montaña. Antes de saltar escribió un hermoso poema que decía: «Me he vuelto el universo. Ahora siento este cuerpo como una carga, innecesario, así que lo voy a devolver. Ya no es necesario ningún linde. Me he convertido en el *Brahman* ilimitado».

Alguien con formación psiquiátrica pensará que se ha vuelto loco, que esto es simplemente neurosis, pero alguien que conozca dimensiones más profundas de la consciencia humana -dirá que se ha vuelto un *mukta*, un iluminado. Pero para la mente

corriente es un suicidio.

Con semejantes técnicas hay peligro. Por eso digo que vayas a ellas gradualmente, porque no sabes... Todo es posible. A veces no eres consciente de tu propia potencialidad, a veces no sabes lo preparado que estás, y a veces puede suceder. Así que hazlo por etapas.

Primero tantea tu imaginación con cosas pequeñas: que el cuerpo se ha vuelto más grande o que se ha vuelto más pequeño. Puedes ir en ambos sentidos. Mides un metro cincuenta: siente que ahora mides un metro veinte, un metro, sesenta centímetros, treinta centímetros; te has vuelto una semilla...

Esto es sólo un adiestramiento; sólo un adiestramiento para que puedas sentir lo que quieras sentir. Tu mente interna tiene absoluta libertad de sentir; nada le puede impedir sentir cualquier cosa. Es tu sensación. Puedes crecer y hacerte más pequeño. De pronto tomas consciencia de que eres tú.

Y si puedes trabajar bien con esto, puedes salir de tu cuerpo muy fácilmente. Si puedes crecer y volverte pequeño con la imaginación, eres capaz de salirte del cuerpo. Simplemente imagina que estás fuera de tu cuerpo, y lo estarás; pero no inmediatamente.

Primero prueba con pasos pequeños, y luego, cuando sientas que estás a gusto y que no te asustas, siente que llenas toda la habitación: sentirás realmente el contacto con las paredes, y entonces siente que toda la casa está dentro de ti, la sentirás dentro de ti. Y luego, sigue. Luego, con el tiempo, llega a sentir el cielo en la cabeza. Y una vez que sientes que el cielo está en tu cabeza, absorbido en ella, la mente simplemente desaparece. No tiene nada que hacer allí.

Para esta técnica es bueno estar con alguien: estar con un maestro, o estar con un amigo. No la hagas solo. Alguien debe estar allí para cuidarte, para observarte. Éste es un método de escuela. Cuando hay muchas personas trabajando en una escuela, es muy fácil, menos lesivo, menos peligroso; porque cuando el cielo explote en tu interior, puede que durante muchos días no tomes consciencia de tu cuerpo. Puede que no salgas, puede que estés muy absorto en la sensación, porque el tiempo desaparece; no puedes percibir cuánto tiempo ha transcurrido. El cuerpo desaparece; no puedes sentir el cuerpo. Te vuelves el cie-

lo. Alguien debe cuidar de tu cuerpo; serán necesarios cuidados muy amorosos.

De modo que con un maestro, o con un grupo, esta técnica es menos lesiva y menos peligrosa. Y con un grupo que sabe lo que es posible: lo que puede suceder y lo que se debería hacer..., porque en un estado mental semejante despiertas de repente; puede -que te vuelvas loco, porque hará falta tiempo para que vuelva tu mente. Si vuelve súbitamente al cuerpo, tu sistema nervioso no puede soportarlo. No está hecho para eso. Hay que adiestrarlo. Así que no la hagas solo. Puedes hacerla en un grupo, con unos pocos amigos, en un lugar aislado. Y hazlo por etapas, no súbitamente.

75 Recuérdate a ti mismo como luz.

Tercera técnica: *En estado de vigilia, durmiendo, soñando, concóctete como luz.*

En estado de vigilia, durmiendo, soñando, concóctete como luz. Primero empieza en estado de vigilia. El yoga y el tantra dividen la vida de la mente del hombre en tres partes; la vida de la mente, recuerda. Dividen la mente en tres partes: la vigilia, dormir, soñar. Éstas no son las divisiones de tu consciencia, sino las divisiones de tu mente, y la consciencia es lo cuarto.

En Oriente no le han dado ningún nombre; la llaman simplemente lo cuarto, *turiya*. Las otras tres tienen nombre. Son las nubes; se las puede designar: una nube en estado de vigilia, una nube dormida y una nube que sueña. Todas son nubes, y al espacio en que se mueven -el cielo- no se le da nombre; queda simplemente como lo cuarto.

La psicología occidental ha tomado, sólo recientemente, consciencia de la dimensión del sueño. En realidad, sólo con Freud se volvió importante soñar. Pero, entre los hindúes, éste es uno de los conceptos más antiguos: no puedes conocer realmente a un hombre a menos que sepas qué hace en sus sueños. Porque todo lo que haga en sus horas de vigilia está más o menos abocado a ser falsa, una representación, porque en el estado de vigilia de su mente se ve obligado a hacer muchas cosas.

No es libre. La sociedad está ahí; hay reglas, hay

moralidades. Está luchando constantemente con sus propios deseos: reprimiéndolos, modificándolos, adaptándolos al molde que permite la sociedad. Y la sociedad nunca te permite que seas tu ser total; la sociedad escoge. Eso es lo que significa una cultura: cultura significa elección.

Toda cultura es un condicionamiento: una elección de ciertas cosas y una negación de ciertas cosas. Tu ser total no es aceptado en ninguna parte; no lo es, en ninguna parte. Ciertos aspectos son aceptados aquí, ciertos aspectos son aceptados allí, en este país o en aquél, pero en ninguna parte es aceptado el ser humano total. De modo que consciencia de la vigilia está avocada a ser falsa, ficticia, artificial, forzada. No eres real en ello, sólo un actor; no eres espontáneo, manipulado. Sólo en sueños eres libre; sólo en sueños eres auténticamente tú mismo.

En tus sueños puedes hacer lo que quieres. No le concierne a nadie; estás solo. Nadie puede entrar, nadie puede mirar tus sueños. Y a nadie le importa: lo que hagas en tus sueños es asunto tuyo; no le concierne a nadie. Son absolutamente privados. Como son absolutamente privados y no se relacionan con nadie, puedes ser libre. De modo que a no ser que se conozcan tus sueños, no se puede conocer, tu rostro real. Los hindúes han sido conscientes de ello: hay que penetrar en los sueños. Pero aún son nubes: privadas, por supuesto; más libres, pero, aun así, nubes, y también hay que ir más allá de ellos.

Éstos son los tres estados: vigilia, dormir y soñar. Soñar se volvió primordial con Freud. Ahora están ocupándose de dormir. Ahora hay muchos laboratorios en Occidente investigando qué es dormir, porque parece muy extraño que no sepan más allá del qué es dormir. Todavía no se sabe científicamente qué te sucede cuando duermes.

Y si no podemos saber qué es dormir, será difícil saber qué es el hombre, porque pasa durmiendo un tercio de su vida. ¡Un tercio de tu vida! Si vas a vivir sesenta años, pasarás veinte años durmiendo. Es una parte muy importante. ¿Qué estás haciendo mientras estás dormido? Está ocurriendo algo misterioso, y es tan esencial que la vida no es posible sin ello. Está sucediendo algo profundo, pero no eres consciente.

En estado de vigilia, eres una persona diferente; soñando, también eres una persona diferente. Profundamente dormido,

eres de nuevo una persona diferente. No te acuerdas ni siquiera de tu nombre mientras estás profundamente dormido. No sabes si eres musulmán o cristiano o hindú. Profundamente dormido, no puedes responder quién eres; rico o pobre..., ninguna identidad, ninguna imagen.

En la capa de la vigilia existes con la sociedad. En la capa de soñar existes con tus propios deseos. Profundamente dormido existes con la naturaleza, en lo hondo del útero de la naturaleza. Y el yoga y el tantra dicen que sólo más allá de estos tres estados existes en *Brahma*, en la totalidad cósmica. De modo que hay que cruzar, pasar, trascender estos tres estados.

Hay una diferencia. Ahora la psicología occidental está interesada en estudiar estos estados. Los buscadores orientales estaban interesados en estos estados, pero no en estudiarlos. Sólo estaban interesados en saber cómo trascenderlos. Esta técnica es una técnica trascendental.

En estado de vigilia, durmiendo, soñando, conócete como luz.

Muy difícil. Tienes que empezar con la vigilia. ¿Cómo vas a acordarte en sueños? ¿Puedes crear un sueño conscientemente? ¿Puedes manipular un sueño? ¿Puedes tener tus propios sueños según tus propios deseos? No puedes. ¡Qué impotente es el hombre! Ni siquiera puedes crear un sueño propio. Los sueños también te suceden; estás desvalido. Pero hay ciertas técnicas mediante las cuales se pueden crear sueños, y esas técnicas son muy útiles para trascender, porque si puedes crear, entonces puedes trascender. Pero hay que empezar con la vigilia.

En estado de vigilia -moviéndote, comiendo, trabajando- recuérdate a ti mismo como luz. Como si en tu corazón hubiera una llama ardiendo, y tu cuerpo no fuera más que el aura en torno a la llama. Imagínalo. En tu corazón está ardiendo una llama, y tu cuerpo no es más que un aura de luz en torno a la llama. Deja que penetre hondamente en tu mente y tu consciencia. Embébetete de ello.

Tomará tiempo, pero si sigues pensando en ello, sintiéndolo, imaginándolo, en cierto plazo serás capaz de recordarlo todo el día. En estado de vigilia, andando por la calle, eres una llama que se mueve. Nadie más será consciente de ello al principio, pero si

continúas, después de tres meses otros también se darán cuenta. Y sólo entonces, cuando otros se dan cuenta, puedes estar a gusto. No se lo digas a nadie. Simplemente imagina una llama, y tu cuerpo como el aura en torno a ella. No un cuerpo físico, sino un cuerpo eléctrico. Sigue haciéndolo.

Si perseveras, en tres meses, poco más o menos, otros se darán cuenta de que algo te ha sucedido. Notarán una luz sutil en torno a ti. Cuando te acerques a ellos, sentirán una calidez diferente.

Si les tocas, sentirán un contacto ardiente. Se darán cuenta de que te está sucediendo algo extraño. No se lo digas a nadie. Cuando otros se den cuenta, entonces te puedes sentir a gusto, y puedes entrar en la segunda etapa; no antes.

La segunda etapa es llevarlo a los sueños. Ahora puedes llevarlo a los sueños. Se ha vuelto una realidad. Ya no es imaginación. Mediante la imaginación has revelado una realidad. Es real. Todo consiste en luz. Eres luz -inconsciente del hecho- porque toda partícula de materia es luz.

Los científicos dicen que consiste en electrones. Es lo mismo. La luz es la fuente de todo. Tú también eres luz condensada; mediante la imaginación simplemente estás revelando una realidad. Embébetе de ello; y cuando estés muy lleno de ello, puedes llevarlo a los sueños; no antes.

Entonces, cuando te estés durmiendo, sigue pensando en la llama, sigue viéndola, sintiendo que eres luz. Recordándolo..., recordando..., recordando... te quedarás dormido. Y el recuerdo continúa. Al principio empezarás a tener sueños en los que sentirás que tienes una llama dentro, que eres luz. Con el tiempo, también te moverás en los sueños con la misma sensación. Y una vez que esta sensación entre en los sueños, los sueños empezarán a desaparecer. Los sueños empezarán a desaparecer: habrá cada vez menos sueños y podrás dormir profundo.

Cuando esta realidad se ponga de manifiesto en todos tus sueños -que eres luz, una llama, una llama ardiente-, todos los sueños desaparecerán. Sólo cuando desaparezcan los sueños puedes llevar esta sensación al dormir, nunca antes. Ahora estás en la puerta. Cuando los sueños han desaparecido y te recuerdas a ti mismo como una llama, estás en la puerta del dormir. Ahora puedes entrar con la sensación. Y una vez que te duermes con la

sensación de que eres una llama, serás consciente de ello: ahora el dormir sólo le sucederá a tu cuerpo, no a ti.

Esta técnica es para ayudarte a ir más allá de estos tres estados. Si puedes ser consciente de que eres una llama, una luz, que el dormir no te está sucediendo a ti, tú estás consciente. Estás realizando un esfuerzo consciente. Ahora estás cristalizado en torno a esa llama. El cuerpo está dormido; tú, no.

Esto es lo que dice Krishna en el Gita: que los yoguis nunca duermen. Mientras los demás duermen, ellos están despiertos. No es que sus cuerpos nunca duerman. Sus cuerpos duermen..., pero sólo los cuerpos. Los cuerpos necesitan descanso, la consciencia no necesita descanso; es porque los cuerpos son mecanismos. La consciencia no es un mecanismo. Los cuerpos necesitan combustible, necesitan descanso. Por eso nacen, son jóvenes luego envejecen, y después mueren. La consciencia nunca nace, nunca envejece, nunca muere. No necesita combustible, no necesita descanso. Es energía pura, energía perpetua, eterna.

Si puedes cruzar las puertas de dormir con esta imagen de la llama y la luz, nunca volverás a dormir; sólo descansará el cuerpo. Y mientras el cuerpo esté durmiendo, tú sabrás. Una vez que sucede esto, te has vuelto lo cuarto. Ahora la vigilia y soñar y dormir son partes de la mente. Son partes, tú te has vuelto lo cuarto: alguien que pasó por todas ellas y no es ninguna de ellas.

En realidad, esto es muy simple. Si estás en el estado de vigilia, y luego entras en los sueños, no puedes ser ninguna de las dos cosas. Si eres el estado de vigilia, entonces ¿cómo vas a poder soñar? Y si eres el estado de soñar, ¿cómo vas a entrar en un dormir en el que no hay sueños? Debes ser un viajero, y estos estados deben ser estaciones, de modo que puedes ir de aquí a allí y volver de nuevo. Por la mañana entrarás en el estado de vigilia.

Éstos son estados, y el que se mueve entre estos estados eres tú. Pero ese tú es lo cuarto..., y ese cuarto es lo que llamas divino, ese cuarto es lo que llamas el elemento inmortal, la vida eterna.

En estado de vigilia, durmiendo, soñando, conócete como luz.

Ésta es una técnica muy hermosa. Pero primero pruébala en estado de vigilia. Y recuerda: cuando otros se den cuenta..., sólo entonces has tenido éxito en ella. Se darán cuenta. Entonces

puedes entrar en el sueño, y luego en el dormir, y luego puedes despertar a lo que eres: lo cuarto.

Capítulo 50

Ir a Las Raíces

Preguntas

¿No es un error ignorar completamente lo externo?

¿No son todas las técnicas de meditación un «hacer»?

¿No conduce a la claridad el crecimiento de la mente?

¿Por qué continuamos creando sufrimiento?

Primera pregunta:

Dijiste anoche que cambiando lo externo, lo interno permanece sin cambiar, sin transformar. Pero ¿no es cierto que la comida adecuada, el trabajo adecuado, el dormir adecuado, las acciones y conductas adecuadas también son factores importantes en la transformación interna? ¿No es un error ignorar completamente lo externo?

Lo externo no puede cambiar lo interno, pero lo externo puede ayudar, o puede dificultar. Lo externo puede crear una situación en la que lo interno pueda estallar más fácilmente. Lo que hay que recordar es esto: que la transformación externa no es la interna. Incluso si lo has hecho todo. Y la situación está ahí, lo interno no va a estallar. La situación es necesaria, es útil, pero no es la transformación. Y los que se enfrascan en lo externo...

Lo externo es un fenómeno enorme. Puedes seguir cambiando durante vidas y nunca estarás satisfecho, y siempre quedará algo por cambiar, porque, a menos que cambie lo interno, lo externo nunca puede ser perfecto. Puedes seguir cambiándolo y puliéndolo y acondicionándolo. Nunca te sentirás satisfecho, nunca llegarás a una situación en la que puedas sentir: «Ahora el

campo está listo». Tantos han desperdiciado sus vidas...

Si tu mente se obsesiona con lo *externo*: con la comida, con la ropa, con el comportamiento... No estoy diciendo que los descuides. No, lo que estoy diciendo es que no te obsesiones con ellos. Pueden ser útiles, pero se pueden volver grandes obstáculos si tu mente se obsesiona. Entonces se convierte en un escape, entonces estás aplazando el cambio interno. Y puedes seguir cambiando lo externo. Lo interno ni siquiera es tocado por ello; lo interno permanece igual.

Puede que hayas oído una antigua fábula india. En *Panchtantra* se dice que un ratón le tenía mucho miedo a un gato; continuamente asustado, ansioso. No podía dormir, soñaba con el gato y temblaba. Un mago, por compasión, convirtió al ratón en gato. Lo externo cambió, pero inmediatamente el ratón que había dentro del gato se asustó de un perro. La ansiedad era la misma; sólo había cambiado el objeto. Antes era el gato; ahora era el perro. El temblor continuó, la angustia continuó, los sueños aún eran de miedo.

De modo que el mago convirtió al gato en perro. Inmediatamente, el perro se asustó del tigre, porque el ratón que llevaba dentro seguía siendo el mismo. El ratón no había cambiado; sólo los cuerpos, lo externo. Permaneció la misma ansiedad, la misma enfermedad, el mismo miedo. El mago convirtió al perro en tigre. Inmediatamente, el ratón que había dentro del tigre se asustó de un cazador. Así es que el mago le dijo al ratón: «Ahora vuelve a ser un ratón, porque puedo cambiar tu cuerpo, pero no puedo cambiarte a ti. Tienes corazón de ratón, de modo que ¿qué puedo hacer? ¡Corazón de ratón!».

Puedes seguir cambiando lo externo, pero el corazón de ratón sigue siendo el mismo. Y ese corazón crea los problemas. La apariencia cambiará, la forma cambiará, pero la substancia seguirá siendo la misma. Y da lo mismo que le tengas miedo a un gato, o a un perro, o a un tigre. La cuestión no es que a quién le tengas miedo; la cuestión es que tienes miedo.

El énfasis -mi énfasis- está en que debes permanecer consciente de que tu esfuerzo externo no debería volverse un sustituto de la transformación interna... Esto es una cosa. Usa toda la ayuda que puedas. Es bueno comer la comida adecuada,

pero es una tontería y una locura obsesionarse con la comida. Es bueno tener el comportamiento adecuado, pero es neurótico obsesionarse con él. No deberías volverte loco por nada.

En India hay muchas sectas de sannyasins que están obsesionadas con la comida. Se pasan el día entero pensando tan sólo en la comida: qué comer y qué no comer; quién debería preparar la comida y quién no debería preparar la comida. Una vez estuve viajando con un sannyasin. Sólo tomaba leche, y sólo leche de vaca, y sólo de vacas que fueran blancas; si no, pasaba sin comer. Este hombre está loco.

Recuerda esto: que lo interno es importante, significativo. Lo externo es útil, es bueno, pero no debes centrarte en ello. No se debe volver tan importante que se olvide lo interno. Lo interno debe seguir siendo lo interno y lo central; y lo externo, si es posible, debería valorarse simplemente como una ayuda.

No lo ignores completamente. No hay necesidad de ignorarlo, porque, en realidad, lo externo también forma parte de lo interno. No es algo opuesto a ello, no es algo contrario a ello, no es algo impuesto a ti: es tú. Pero lo interno es lo central, y lo externo es la periferia. De modo que dale la importancia que requiera una periferia, que requiera una circunferencia, que requiera un linde..., pero el linde no es la casa. Así que cuídalo, pero no te vuelvas loco por él.

Nuestra mente siempre está intentando buscar escapes. Si puedes enfrascarte en la comida, en el sexo, en la ropa, en el cuerpo, tu mente estará a gusto, porque ahora no estás yendo hacia lo interno. Ahora no hay necesidad de destruir la mente, de ir más allá de la mente. Con el cambio de comida puede existir la misma mente. Puede que comas esto o lo otro: puede existir la misma mente. Sólo cuando vas hacia dentro..., cuanto más dentro llegas, más tiene que cesar esta mente que tienes. El camino interno es el camino hacia la no-mente.

La mente se asusta. Tratará de buscar algún escape: algo que hacer con lo externo. Entonces la mente puede existir tal como es. Da igual lo que hagas. Es irrelevante lo que hagas: esta mente puede existir, y esta mente puede apañárselas para seguir siendo la misma. Y a veces, cuando luchas contra la salida natural, tu mente encuentra algunas salidas pervertidas que son más peligrosas. En vez de ser una ayuda, se convertirán en obstáculos.

He oído que Mulla Nasruddin se cayó por las escaleras de su casa. Se rompió la pierna, así que se la enyesaron, y le dijeron que no subiera ni bajara por las escaleras durante tres meses. Después de tres meses, fue al médico y le quitaron el yeso. Mulla preguntó: «¿Puedo subir y bajar por las escaleras ahora?».

El médico dijo: «Ahora sí. Está usted perfectamente bien».

Mulla dijo: «Ahora soy muy feliz, doctor. No puede usted imaginar qué feliz soy. Era tan molesto subir y bajar la tubería todo el día. Durante tres meses, subiendo y bajando todo el día por el tubo de desagüe...; era tan molesto, y todo el vecindario se reía de mí. Pero usted me había dicho que no subiera ni bajara por las escaleras, así que tuve que apañármelas».

Esto es lo que está haciendo todo el mundo. Si se bloquea una salida, entonces tiene que ocurrir una perversión. Y no conoces las estrategias de la mente... Son muy astutas y muy sutiles. La gente viene a mí con sus problemas. Los problemas parecen obvios, pero no es así. ¡Todos los problemas parecen obvios, claros, pero no es así. En lo más profundo está oculta otra cosa, y a menos que esa otra cosa se conozca, se descarte, se trascienda, el problema permanecerá. Cambiará de forma.

Alguien fuma demasiado y quiere dejarlo. Pero fumar en sí no es el problema; el problema es otra cosa. Puedes dejar de fumar, pero el problema permanecerá, y tendrá que salir de otro modo. ¿Cuándo fumas? Cuando estás ansioso, nervioso, empiezas a fumar, y fumar te ayuda. Te sientes más seguro de ti mismo, te sientes más relajado.

Con sólo dejar de fumar, tu nerviosismo no cambiará. Te sentirás nervioso, te sentirás ansioso; vendrá la ansiedad. Entonces harás otra cosa. Y puedes encontrar algo que sea un sustituto bello; parece tan diferente... Puedes hacer cualquier cosa. Puedes usar un *mantra* en vez de fumar, y cuando te sientas nervioso puedes decir: «Ram, Ram, Ram»...; cualquier cosa continuamente.

¿Qué estás haciendo al fumar? Es un *mantra*. Aspiras el humo y lo espiras, lo aspiras y lo espiras... Se vuelve algo repetitivo. Debido a la repetición, te sientes relajado. Repite cualquier cosa y sucederá lo mismo. Pero si estás usando un mantra y diciendo «Ram, Ram, Ram», nadie dirá que estás haciendo algo malo. Y el problema es el mismo.

El problema no ha cambiado; sólo has cambiado de truco. Antes lo hacías con el humo; ahora lo haces con una palabra. La repetición ayuda; cualquier tontería ayudará. Sólo tienes que repetirla continuamente. Cuando repites algo, relaja, porque crea una especie de aburrimiento. El aburrimiento es relajante. Puedes hacer cualquier cosa que cree una especie de aburrimiento. El aburrimiento es relajante. Puedes hacer cualquier cosa que produzca aburrimiento.

Si fumas, todo el mundo dirá que eso es malo, y si estás salmodiando un *mantra*, nadie dirá que: eso es malo. Pero si el problema es el mismo, yo te digo que eso también es malo; incluso es más peligroso que lo de antes, porque al fumar eras consciente de que era malo. Ahora, al repetir el *mantra* no eres consciente, y esta enfermedad de la que no eres consciente es más peligrosa y más dañina.

Puedes hacer cualquier cosa en la superficie, pero a no ser que se cambien las raíces más profundas, no sucede nada. Así es que con lo externo recuerda esto: sé consciente de ello, y ve de la superficie hacia las raíces y encuentra la raíz: ¿por qué estás nervioso? Alguien está comiendo demasiado. Puede dejar de hacerlo. Puedes forzarte a ti mismo a no comer demasiado. Pero ¿por qué comes demasiado? ¿Por qué? Porque esto no es una necesidad corporal, de modo que la mente está interfiriendo en alguna parte. Hay que hacer algo con la mente; no es una cuestión del cuerpo. ¿Por qué sigues atiborrándote?

La obsesión excesiva con la comida es una necesidad de amor. Si no eres amado debidamente, comerás más. Si eres amado y puedes amar, comerás menos. Cuando alguien te ama, no puedes comer más. El amor te llena tanto que no te sientes vacío. Cuando no hay amor, te sientes vacío; hay que engullir algo: sigues forzando la comida.

Y hay muchas razones, razones básicas, para ello, porque el primer encuentro de un niño con el amor y la comida es simultáneo. Del mismo pecho, de la misma madre, obtiene comida y amor: la comida y el amor quedan asociados. Si la madre es amorosa, el niño nunca tomará, demasiada leche. No hay necesidad. Está siempre seguro de su amor; sabe que tendrá comida cuando la necesite, tendrá leche, la madre estará allí. Se siente seguro. Pero si la madre no es amorosa, entonces se siente

inseguro. Entonces no sabe si, cuando tenga hambre, tendrá comida, porque no hay amor. Comerá más. Y esto continuará. Se convertirá en una raíz inconsciente.

De modo que puedes seguir cambiando de comida -come esto, come eso, no comas esto-, pero da lo mismo, porque la raíz básica sigue ahí. Entonces, si dejas de atiborrarte de comida, empezarás a atiborrarte de alguna otra cosa. Y hay muchas maneras. Si dejas de comer demasiado puede que empieces a amontonar dinero. También entonces tienes que llenarte de algo; entonces sigues acopiando dinero.

Observa profundamente, y verás que una persona que acumula dinero nunca está enamorada, no puede estarlo, porque la acumulación de dinero es, en realidad, un sucedáneo. Ahora se siente segura con el dinero. Cuando eres amado no hay inseguridad; con el amor desaparece el miedo. Con el amor no hay futuro, no hay pasado. Este momento es suficiente, este mismo momento es la eternidad. Eres aceptado. No hay ansiedad por el futuro, por lo que sucederá mañana: no hay mañana en el amor.

Pero si no hay amor; entonces hay mañana. ¿Qué sucederá? Acumula dinero, porque no puedes confiar en las personas. Así que confía en las cosas, confía en el dinero y en la riqueza. Hay gente que dice: «Dona tu dinero. No acumules dinero. No te apegues al dinero». Pero eso es superficial, porque la necesidad interna seguirá igual: entonces empezarás a acumular alguna otra cosa.

Deja una salida y tendrás que crear otra..., a menos que se eliminen las raíces. Así que no te preocupes demasiado por lo externo. Sé consciente de cómo es tu personalidad externa. Sé consciente de ello, estate alerta, y de la periferia ve siempre a las raíces para encontrar qué causa hay allí. Independientemente de lo perturbadoras que sean, ve a las raíces. Una vez que llegues a conocer las raíces, una vez que saques a la luz las raíces..., recuerda esta ley: las raíces sólo pueden existir en la oscuridad; no sólo las raíces de los árboles, sino las raíces de cualquier cosa. Sólo pueden existir en la oscuridad. Una vez que las sacas a la luz, mueren.

Así que empieza con tu periferia; excava profundamente y ve a las raíces, y trae las raíces a la consciencia, sácalas a la luz. Una

vez que hayas llegado a la raíz, ésta simplemente desaparecerá.

No tienes que hacer nada con ella. Sólo tienes que hacer algo porque no sabes cuál es el problema. Un problema comprendido correctamente, desaparece. La comprensión correcta de un problema, la comprensión básica de un problema, se convierte en la desaparición del mismo. Esto es lo primero.

Lo segundo: todo lo que haces es superficial; no eres tú en tu totalidad. Así que, no juzgues a un hombre por sus acciones, porque la acción es muy atómica. Ves a una persona enfadada, y puedes juzgar que este hombre está lleno de odio, violencia, venganza. Pero un momento después la ira desaparece; el hombre se vuelve extremadamente amoroso, y en su rostro hay un perfume diferente, un florecimiento diferente. La ira era un átomo. No juzgues a todo el hombre. Pero este amor también es atómico. No juzgues a todo el hombre por este amor.

Todo lo que has hecho no es tu suma total. Tus acciones son siempre atómicas; son parte de ti, por supuesto, pero tu totalidad las trasciende. Puedes ser diferente inmediatamente. Y todo lo que se sabe de ti es por tu conducta, por tus acciones, por tus obras; puedes ser contradictorio. Puede que hayas sido un santo: puedes volverte un pecador en este mismo momento. Nadie podía imaginarse que tú, un santo, pudieras hacer esto. Puedes hacerlo. No es inconcebible. Puede que hayas sido un pecador hasta este momento, y al momento siguiente puedes salir de ello.

Lo que estoy diciendo es que tu interior es tan extenso y tan grande que no se puede juzgar por tu exterior. Tu exterior siempre es superficial, accidental. Lo repetiré. Tu exterior es siempre accidental, tu interior es la esencia. Así que recuerda descubrir lo interno, y no te enredes en lo externo.

Una cosa más: lo externo siempre es del pasado. Siempre está muerto, porque lo que has hecho, hecho está. Siempre es del pasado, nunca está vivo. Lo interno siempre está vivo, siempre está aquí y ahora, y lo externo siempre está muerto. Si me conoces -todo lo que he hecho y dicho-, conoces mi pasado, no me conoces a mí. Yo estoy aquí, vivo. Ese es mi foco interno, todo lo que sepas sobre mí es sólo lo externo. Está muerto, ya no existe.

Obsérvalo en tu propia consciencia. Lo que has hecho no te ata. Ya no existe, en realidad; es sólo un recuerdo. Y tú eres más grande que eso. Tienes infinitas posibilidades. Fue tan sólo acci-

dental que seas un pecador o un santo. Fue tan sólo accidental que seas cristiano o hindú. Pero tu ser más íntimo no es accidental; es esencial.

El énfasis en lo interno es el énfasis en lo esencial. Y lo interno permanece libre, es libertad. Lo externo es una esclavitud, porque sólo puedes conocer lo externo cuando ha sucedido; entonces no puedes hacer nada con respecto a ello. ¿Qué puedes hacer nada con respecto al pasado? No puede deshacerse; no puedes dar marcha atrás. No puedes hacer nada con el pasado; es una esclavitud.

Si lo comprendes correctamente, entonces puedes comprender la teoría del *karma*, la teoría de las acciones. Esta teoría -una de las partes más esenciales del entendimiento hindú- es que, a menos que vayas más allá de los *karmas*, no eres libre; a menos que hayas ido más allá de todas las acciones, permanecerás esclavo. No prestes mucha atención a lo externo, no te obsesiones con ello. Úsalo como una ayuda, pero recuerda continuamente que tienes que descubrir lo interno.

Estas técnicas de las que estamos hablando aquí son para lo interno, para descubrirlo. Te diré una cosa. Ha habido tradiciones... Por ejemplo, una de las tradiciones religiosas más importantes ha sido el jainismo. Pero el jainismo presta demasiada atención a lo externo, demasiada; tanto es así que olvidan completamente que existe algo, como la meditación, que existe algo como la ciencia del yoga. Lo olvidan completamente.

Están obsesionados con la comida, con las vestimentas, con dormir, con todo..., pero no con ningún esfuerzo encaminado a la meditación. No es que no hubiera meditación originalmente en su tradición, porque ninguna religión puede nacer sin ella, pero en algún momento se obsesionaron con lo externo. Se volvió tan importante que olvidaron completamente que toda esta situación es sólo una ayuda; no es el objetivo.

Lo que comes no es el objetivo. Lo que eres es el objetivo. Es bueno que tus hábitos alimentarios te ayuden a descubrir el ser. Eso es bueno. Pero si te obsesionas con la comida, pensando continuamente en ella, entonces no has entendido nada. Entonces eres un adicto a la comida. Estás loco, neurótico.

Segunda pregunta:

¿No es cierto que todas las técnicas de meditación son, en realidad, acciones que llevan al buscador a su ser?

En cierto sentido, sí; en un sentido más profundo, no. Las técnicas de meditación son acciones, porque se te aconseja que hagas algo. Incluso meditar es hacer algo, incluso sentarse en silencio es hacer algo, incluso no hacer nada es una especie de hacer. De modo que en un sentido superficial, todas las técnicas de meditación son acciones. Pero en un sentido más profundo, no lo son, porque si tienes éxito con ellas, la acción desaparece.

Sólo al principio parece un esfuerzo. Si tienes éxito con ello, el esfuerzo desaparece y todo ello se vuelve espontáneo y sin esfuerzo. Si tienes éxito con ello, no es una acción. Entonces no es necesario ningún esfuerzo por tu parte. Se vuelve como la respiración: está ahí. Pero al principio tendrá que haber un esfuerzo, porque la mente no puede hacer nada que no sea un esfuerzo. Si le dices que lo haga sin esfuerzo, todo ello parece absurdo.

En Zen, donde se pone mucho énfasis en la ausencia de esfuerzo, los maestros les dicen a sus discípulos: «Simplemente siéntate. No hagas nada». Y el discípulo lo intenta. Por supuesto, ¿qué puedes hacer sino intentar? El discípulo intenta simplemente sentarse, e intenta simplemente sentarse, e intenta no hacer nada más, y entonces el maestro le da un golpe en la cabeza con su vara y le dice: «¡No hagas eso! No te he dicho que intentes sentarte, porque eso se convierte en un esfuerzo. Y no intentes hacer nada, porque eso es un tipo de acción. ¡Simplemente, siéntate!».

Si te digo que simplemente te sientes, ¿qué harás? Harás algo que hará que eso no sea simplemente sentarse; surgirá un esfuerzo. Te sentarás con esfuerzo, habrá una tensión. No puedes simplemente sentarte. Parece extraño, pero en el momento en que intentas simplemente sentarte, se ha vuelto algo complejo. El esfuerzo mismo por simplemente sentarte lo hace complejo. De modo que ¿qué hacer?

Pasan los años y el discípulo sigue sentándose y siendo imputado, censurado por el maestro, que le dice que no ha

entendido nada. Pero él simplemente sigue, sigue, sigue, y todos los días fracasa, porque hay esfuerzo. Y no puede engañar al maestro. Pero un día, sentado pacientemente, incluso esta consciencia de sentarse simplemente desaparece. Un día, de pronto, está sentado -como un árbol o como una roca- sin hacer nada. Y entonces el maestro dice: «Ésta es la postura correcta. Ahora lo has logrado. Ahora recuerda esto: ésta es la forma de sentarse». Pero se requiere paciencia y un prolongado esfuerzo para conseguir la ausencia de esfuerzo.

Al principio, habrá esfuerzo, estarás haciendo algo, pero sólo al principio, como un mal necesario. Pero tienes que recordar constantemente que tienes que ir más allá. Debe llegar un momento en que no estés haciendo nada con respecto a la meditación: simplemente estás ahí y sucede; simplemente estás sentado o de pie, y sucede; sin hacer nada, simplemente siendo consciente, sucede.

Todas estas técnicas son solamente para ayudarte a llegar a un momento sin esfuerzo. La transformación interna, la realización interna, no puede ocurrir mediante el esfuerzo, porque el esfuerzo es un tipo de tensión. Con esfuerzo no puedes estar totalmente relajado; el esfuerzo se convertirá en una barrera. Manteniendo esto en un segundo plano de la mente, si haces esfuerzo, con el tiempo podrás también dejarlo.

Es como nadar. Si sabes algo acerca de nadar sabes que al principio tienes que hacer esfuerzo pero sólo al principio. Una vez que te haces a ello, una vez que sabes lo que es, ya no hay esfuerzo, puedes nadar sin esfuerzo. Y ni siquiera un buen nadador puede decir qué es nadar, qué está haciendo exactamente. No puede explicarte lo que está haciendo. En realidad, no está haciendo nada. Simplemente se está abandonando a una relación profundamente sensible con el agua, con el río. En realidad, no está haciendo nada. Y, sin embargo está haciendo; aún no es un nadador experto: es sólo un *amateur*, todavía está aprendiendo.

Te contaré una anécdota. En Birmania, un monje budista recibió la orden de realizar un diseño para el nuevo templo, especialmente para la puerta de entrada. Así es que estuvo haciendo muchos bocetos. Tenía un discípulo con mucho talento, así que le dijo a ese discípulo que estuviera a su lado. Mientras él

hacía el diseño, el discípulo simplemente tenía que mirar, y si le gustaba, tenía que decir que estaba bien, que era bueno. Si no le gustaba, tenía que decir que no. Y el maestro dijo: «Sólo cuando digas que sí, enviaré el diseño. Si sigues diciendo que no desecharé el diseño y crearé uno nuevo».

Cientos de bocetos fueron desechados de esta manera. Pasaron tres meses. Incluso el maestro se asustó, pero había dado su palabra, así que tenía que cumplirla. El discípulo estaba allí, el maestro hacía el diseño, y entonces el discípulo decía que no. El maestro empezaba otro.

Un día, la tinta estaba a punto de acabarse, así que el maestro dijo: «Sal a buscar más tinta». El discípulo salió. El maestro se olvidó de él, de su presencia, y empezó a dibujar sin esfuerzo. Su presencia era el problema. No se le iba en ningún momento de la mente que el discípulo estaba ahí, juzgando. Estaba constantemente preguntándose si le iba a gustar o no, si lo desearía de nuevo. Esto creaba una ansiedad interna y el maestro no podía ser espontáneo.

El discípulo salió. El diseño fue completado. El discípulo entró y dijo: «¡Excelente! Pero ¿por qué no pudo hacerlo antes?».

El maestro dijo: «Ahora comprendo por qué: porque tú estabas aquí. Debido a ti: estaba haciendo un esfuerzo para conseguir tu aprobación. El esfuerzo lo desbarataba todo. No podía ser natural, no podía fluir, no podía olvidarme de mí mismo debido a ti».

Siempre que estás haciendo meditación, el esfuerzo mismo de estar haciéndola, la idea misma de lograrla, es la barrera. Sé consciente de ello. Sigue haciendo, y sé consciente de ello. Llegará un día..., con sólo tener paciencia, llega un día en que no hay esfuerzo. En realidad, tú no estás; sólo está la meditación. Puede que lleve mucho tiempo. No se puede predecir; nadie puede decir cuándo sucederá. Porque si algo debe lograrse con esfuerzo, se puede predecir: que si haces tal esfuerzo, lo lograrás. Pero la meditación sólo tendrá éxito cuando llegues a no hacer ningún esfuerzo. Por eso no se puede predecir nada, no se puede decir nada con respecto a cuándo lo lograrás. Puede que tengas éxito en este mismo momento, y puede que no lo tengas en vidas.

Todo ello depende de una cosa: cuando tu esfuerzo cese y te

vuelvas espontáneo, cuando tu meditación no sea un acto sino que se vuelva tu ser, cuando tu meditación sea como el amor...

No puedes hacer nada con respecto al amor, ¿o sí? Si haces algo, lo falsificas. Se volverá artificial. No irá muy hondo. No estarás en él. Se volverá como una actualidad. El amor es: no puedes hacer nada con respecto a él.

Tampoco puedes hacer nada con respecto a la meditación. Pero no quiero decir que no hagas nada, porque entonces seguirás siendo lo que eres.

Tienes que hacer algo perfectamente consciente de que con sólo hacerlo no lo lograrás. Hacer será necesario al principio. No se puede dejar; hay que pasar por ello. Pero hay que pasar por ello, hay que trascenderlo, y hay que lograr llegar a flotar sin esfuerzo.

El camino es arduo y muy contradictorio. No se puede encontrar nada más contradictorio que la meditación; contradictorio porque hay que empezar con un esfuerzo y hay que terminar sin esfuerzo. Pero sucede. Puede que no seas capaz de concebir lógicamente cómo sucede, pero sucede en la experiencia. Llega un día en que te hartas de tu esfuerzo. El esfuerzo cesa.

A Buda le sucedió de esta manera. Durante seis años estuvo haciendo todo esfuerzo imaginable. Ningún ser humano ha estado tan obsesionado con iluminarse. Hizo todo lo que podía hacer. Fue de un maestro a otro, y todo lo que le enseñaron lo hizo a la perfección.

Ése era el problema, porque ningún maestro podía decirle: «No lo estás haciendo bien; por eso no lo estás logrando». Eso era imposible. Lo estaba haciendo mejor que ningún maestro, de modo que los maestros tenían que confesar. Decían: Esto es lo que podemos enseñar. Más allá de esto, no sabemos, así que ve a algún otro sitio».

Era un discípulo peligroso..., y sólo los discípulos peligrosos lo logran. Estudió todo lo que era posible. Todo lo que le decían lo hacía..., exactamente como se lo decían. Y luego iba al maestro y decía: «Lo he hecho, pero no ha sucedido nada. Así que ¿qué es lo siguiente?».

Los maestros decían: «Ve a alguna otra parte.

Hay un maestro en los Himalayas; vete allí». O «Hay un

maestro en un bosque; vete allí. Nosotros no sabemos más».

Estuvo de aquí para allá durante seis años. Hizo todo lo que se puede hacer, todo lo que es humanamente posible, y entonces se hartó. Todo el asunto le pareció vano, baldío, sin sentido. Una noche suspendió todos los esfuerzos. Estaba sentado bajo el árbol *bodhi*, y dijo: «Ahora todo ha terminado. No hay nada en el mundo, y en esta búsqueda espiritual tampoco hay nada. Ya no hay nada que pueda hacer. Todo ha terminado; no sólo este mundo, sino también el otro». De pronto, todos los esfuerzos cesaron. Estaba vacío. Porque cuando no hay nada que hacer, la mente no puede moverse. La mente sólo se mueve porque hay algo que hacer: alguna motivación, algún objetivo. La mente se mueve porque algo es posible, algo se puede lograr, el futuro. Si no hoy, entonces mañana, pero existe la posibilidad de que uno lo logre: la mente se mueve.

Esa noche Buda llegó a un punto muerto. En realidad, murió en ese momento, porque no había futuro. No había nada que lograr, y nada podía lograrse: «Lo he hecho todo. El mundo entero es vano y esta existencia es una pesadilla». No sólo el mundo material se había vuelto vano; el espiritual, también. Se relajó. No es que hiciera algo para relajarse; esto es lo que hay que comprender: no había nada respecto a lo que estar tenso; por lo tanto, se relajó. No hubo ningún esfuerzo por su parte por relajarse.

Bajo el árbol *bodhi*, no estaba intentando conseguir la relajación. No había nada que hacer, nada por lo que estar tenso, nada que desear, ningún futuro, ninguna esperanza. No tenía la menor esperanza esa noche: se relajó. La relajación sucedió. Tú no puedes relajarte, porque todavía queda esto o lo otro por lograr. Eso sigue estimulando tu mente; sigues dando más y más y más vueltas. De pronto, las vueltas cesaron, la rueda se paró: buda se relajó y se durmió.

Por la mañana, cuando se despertó, se estaba poniendo la última estrella. Miró cómo desaparecía la última estrella, y al desaparecer la última estrella, él desapareció completamente, se volvió un iluminado. Entonces la gente empezó a preguntarle: «¿Cómo lograste esto? ¿Cómo? ¿Con qué método?».

Ahora podéis comprender el aprieto de Buda. Si decía que lo había logrado mediante algún método, entonces caía en el error,

porque sólo lo logró cuando no hubo ningún método. Si decía que lo había logrado mediante el esfuerzo, entonces no estaba en lo cierto, porque sólo lo logró cuando no hubo ningún esfuerzo. Pero si decía: «No tengas ningún esfuerzo y lo lograrás», entonces también se equivocaba, porque su no-esfuerzo eran como trasfondo esos seis años de esfuerzo. Sin ese esfuerzo, sin esos seis años de esfuerzo arduos no podría haber alcanzado este estado de no-esfuerzo. Sólo debido a ese esfuerzo loco llegó a una cumbre, y ya no había ningún sitio al que ir y se relajó y cayó al valle.

Esto hay que recordarlo por muchas razones. El esfuerzo espiritual es el fenómeno más contradictorio. Hay que hacer esfuerzo, con completa consciencia de que no se puede lograr nada mediante el esfuerzo. Hay que hacer esfuerzo tan sólo para lograr el no-esfuerzo, sólo para alcanzar un estado en el que no hay esfuerzo. Pero no relajes tu esfuerzo, porque si te relajas, nunca alcanzarás esa relajación que le llegó a Buda. Sigue haciendo todo tipo de esfuerzos, para que llegue automáticamente un momento en el que por tu esfuerzo llegues a un punto en que te suceda la relajación.

Por ejemplo, puedes considerarlo de una forma diferente. A mi entender, en Occidente el que ha sido el punto central: la satisfacción del ego, desarrollo del ego, la consecución de un ego que te ha sido dado con todo el esfuerzo occidental. En Oriente lo ha sido lograr la ausencia de ego, cómo ser no-ego, cómo olvidarte, entregarte, disolver completamente a ti mismo para no ser. Oriente ha estado intentando conseguir el estado sin ego. Occidente ha estado intentado conseguir el ego perfecto. Pero éste es el carácter contradictorio, de las cosas: si no tienes un ego muy desarrollado, no te puedes entregar. Sólo puedes entregarte si tienes un ego perfectamente definido. De lo contrario, no te puedes entregar, porque ¿quién se entregará?

De modo que, para mí, ambos están a medias y ambos están sufriendo: Oriente y Occidente. Porque Oriente ha tomado la ausencia de ego, que es la parte final, y falta la parte inicial.

¿Quién entregará el ego? Falta la cima, de modo que ¿quién creará el valle? El valle sólo se crea en torno a una cima. Cuanto mayor es la cima, más profundo es el valle. Si no tienes ego, o tienes uno muy tibio, la entrega no es posible; o tu entrega será

una entrega tibia, mediana. No sucederá nada con ella; no habrá ninguna explosión.

En Occidente se ha puesto hincapié en la parte inicial. De modo que puedes seguir creciendo con tu ego. Eso producirá más y más ansiedad. Y cuando lo has creado realmente, no sabes que hacer con él, porque falta la parte final.

Para mí, la búsqueda espiritual es ambas cosas. Crea una gran cima, crea un ego perfecto, tan sólo para disolverlo. Eso parece absurdo: tan sólo para disolverlo, tan sólo para lograr una profunda entrega, tan sólo para perderlo en alguna parte. Y no puedes perder nada que no tengas. De modo que, a mi entender, hay que adiestrar a la humanidad para estas dos cosas a la vez: ayudar a todo el mundo a crear un ego perfecto, un ego satisfecho -pero esto es sólo la mitad del viaje-, y luego, ayudarles a entregarlo.

Cuanto mayor sea la cima, más profundo será el valle. Cuanto más alto sea el ego, más profunda será tu entrega. Y esto es para todo. En el camino espiritual, recuerda esta continua contradicción. No la olvides ni un solo momento. Vuélvete un perfecto egoísta para poder entregarte, para poder disolverte, fundirte. Haz todo el esfuerzo que puedas, tan sólo para alcanzar un punto en el que el esfuerzo te deje y estés totalmente en un estado sin esfuerzo.

Tercera pregunta:

Dijiste anoche que cuanto más crece la mente, más sabemos que la naturaleza de la mente es la confusión. Pero ¿no es cierto que este crecimiento de la mente conduce también a la claridad?

Todo lo que acabo de decir está relacionado con esto.

Sí, conduce a la claridad, pero sólo cuando tienes una mente muy madura tomas consciencia de que estás confuso. Incluso para tomar consciencia de que la mente es confusión, es necesaria una mente muy desarrollada. Los que no son conscientes de que su mente es confusión no son realmente mentes maduras. Son infantiles, pueriles, aún se están desarrollando. Sólo una mente muy madura puede tomar consciencia de la cualidad de la mente, de que es confusión. Y sólo cuando has

desarrollado la mente es posible la meditación, porque la meditación es el objetivo opuesto.

Meditación significa no-mente. Pero ¿cómo vas a lograr una no-mente si no has logrado una mente? Así que consigues una mente sólo para dejarla. Y no pienses que ¿de qué sirve conseguir una mente? si al final hay que alcanzar un estado de no-mente. Si no consigues tener una mente, lo supremo no te va a suceder. Sólo puede suceder si tienes mente. Así es que no estoy en contra de la mente, no estoy en contra del intelecto. En realidad, no estoy en contra de nada. Estoy a favor de todo, porque todo puede usarse para llegar al polo opuesto.

Hay una polaridad, y el polo opuesto no puede ser alcanzado si no hay polaridad. Un loco no puede meditar. ¿Por qué? Porque no tiene mente. Pero esta no-mente no es la no-mente de Buda. La no-mente puede tener dos dimensiones: por debajo de la mente y por encima de la mente. Lo que está encima de la mente es no-mente, y lo que está debajo de la mente también es no-mente. Puedes caer por debajo de la mente: no hay mente, pero eso no es la meditación. Tienes que ir más allá de la mente; sólo entonces se logra la no-mente de Buda. Y recuérdalo siempre, porque son tan similares que puedes mal entender toda la cuestión. Son muy similares.

Por ejemplo, un niño es inocente. Un santo también es inocente -un Jesús o un Krishna-, pero su inocencia no es infantil. Es como de niño, pero no infantil; porque un niño sólo es inocente porque es ignorante. Sólo es inocente como algo negativo, una ausencia. Tarde o temprano todo hará erupción; es un volcán esperando a hacer erupción. La inocencia es sólo el silencio antes de que el volcán entre en erupción.

Un santo es alguien que ha ido más allá. La erupción ha sucedido; el volcán está en silencio de nuevo. Pero este silencio es diferente. El primer silencio estaba muy cargado; algo estaba presente en él. El silencio estaba sólo en la superficie; en el fondo el niño estaba preparándose para ser perturbado. El santo ha atravesado la perturbación. El ciclón ha pasado. Este silencio, la inocencia, parece similar, pero hay una profunda diferencia.

De modo que, a veces, un idiota también puede parecer un santo. Y los idiotas son como santos; no son astutos. Para ser astuto se requiere inteligencia. No son calculadores; para ser

calculador es necesario tener mente. Los idiotas son simples, inocentes, no ladinos, no calculadores. No pueden engañar a nadie. No es que no les guste hacerlo, sino que no pueden. Les falta la capacidad misma. Parecen santos y, a veces, los santos parecen idiotas, porque ha vuelto a suceder lo mismo, en una dimensión diferente, enteramente diferente.

Puedes caer por debajo de la mente; entonces también sucede una no-mente. Pero eso no es la meditación; simplemente has perdido incluso esa mente que iba a ser un paso hacia la meditación. Así es que no estoy en contra de la mente. Desarrolla la mente, desarrolla el intelecto, pero recuerda bien: esto es sólo un medio, y un medio que hay que abandonar, desechar. Hay que usarlo como un barco. Cuando llegas a la otra orilla, abandonas el barco. Te olvidas completamente del barco.

Ultima pregunta:

Muy a menudo notamos que creamos nuestros propios sufrimientos. ¿Por qué continuamos creándolos, a pesar de ello? ¿Y cuándo y cómo deja uno de crear su propio sufrimiento?

Lo primero, y muy básico, que hay que comprender es que cuando dices: *Muy a menudo notamos que creamos nuestros propios sufrimientos*, esto no es así. Nunca notas realmente que eres el creador de tu propio sufrimiento. Puede que pienses que sí, porque te lo han enseñado; porque durante siglos y siglos los maestros han estado enseñando que tú eres el creador de tu propio sufrimiento y que nadie más es responsable.

Has oído estas cosas, has leído estas cosas. Se han vuelto parte integral de ti, se han vuelto tu condicionamiento inconsciente, de manera que a veces repites como un loro: *Nosotros creamos nuestros propios sufrimientos*. Pero esto no es lo que tú notas, no es algo que tú percibes, porque si lo percibes, entonces lo otro es imposible. Entonces no puedes decir: *¿Por qué continuamos creándolos, a pesar de ello?*

Si realmente lo adviertes, y si es tu propia percepción que eres el creador de tu propio sufrimiento, puedes parar en cualquier momento..., a no ser que quieras crearlo, a no ser que lo disfrutes, a no ser que seas masoquista. Entonces todo está bien; entonces no importa. Si dices: «Disfruto con mi

sufrimiento», entonces está bien; puedes seguir creándolo. Pero si dices: «Sufro y quiero trascenderlo. Quiero concluirlo por completo; y comprendo que soy el creador», entonces estás en un error. No lo comprendes.

Se cuenta que Sócrates ha dicho que el conocimiento es virtud. Y ha habido una prolongada discusión durante estos dos mil años acerca de si Sócrates estaba en lo cierto o no: el conocimiento es virtud. Sócrates dice que una vez que sabes algo, no puedes hacer algo contrario a ello. Si sabes que la ira es sufrimiento, no puedes enfadarte. Esto es lo que Sócrates quiere decir: el conocimiento es virtud. No puedes decir: «Sé que la ira es mala; sin embargo, entro en ella. ¿Qué debo hacer ahora respecto a eso?». Sócrates dice que lo primero es erróneo. No sabes que la ira es mala; por eso sigues entrando en ella. Si lo sabes, no puedes entrar en ella. ¿Cómo vas a ir contra tu propio conocimiento?

Sé que si meto la mano en el fuego me va a doler. Si lo sé, no puedo meter la mano en él. Pero si otra persona me lo ha dicho, si lo he oído a través de la tradición, si he leído en las Escrituras que el fuego quema y no conozco el fuego, y no conozco ninguna experiencia similar..., sólo entonces puedo meter la mano en el fuego; y sólo una vez.

¿Puedes concebirlo: que hayas metido la mano en el fuego y que te hayas quemado y hayas sufrido, y vayas a preguntar otra vez. «Sé que el fuego quema, pero a pesar de ello, sigo metiendo la mano en el fuego. ¿Qué debo hacer?». ¿Quién creerá que lo sabes? ¿Y qué tipo de conocimiento es éste? Si tu propia experiencia de quemarte y sufrir no puede detenerte, nada va a detenerte. Ya no hay ninguna posibilidad, porque se ha perdido la última posibilidad. Pero nadie puede perderla; eso es imposible.

Sócrates tiene razón, y todos los que han sabido estarán de acuerdo con Sócrates; ese acuerdo contiene algo muy profundo. Una vez que sabes... Pero recuerda: el conocimiento debe ser tuyo. Un conocimiento prestado no servirá; el conocimiento prestado es inútil. A no ser que sea tu propia experiencia, no te va a cambiar. Las experiencias de otros no sirven de nada.

Has oído que eres el creador de tu propio sufrimiento, pero esto está sólo en la mente. No ha entrado en tu ser, no es tu propio conocimiento. De modo que cuando estás hablando de ello,

puedes hablar de ello cerebralmente, pero cuando suceda el fenómeno real, te olvidarás, y te comportarás de la forma que sabes, no de la forma que saben otros.

Cuando estás a gusto, tranquilo, sereno, hablando calmadamente de la ira, puedes decir que es veneno, que es una enfermedad, un mal. Pero cuando alguien te enoja, entonces ocurre un cambio completo. Ya no es una conversación intelectual; ahora estás involucrado. Y en el momento en que te involucras, te enfadas. Después, retrospectivamente, cuando vuelvas a calmarte, recordarás de nuevo, tu mente empezará a funcionar otra vez, y dirás: «Eso estuvo mal. No estuvo bien que hiciera eso. Yo sé que la ira es mala».

¿Quién es este «yo»? Sólo el intelecto, sólo la mente superficial. No sabes; porque cuando alguien te enoja, desechas esta mente. Es útil para una conversación, pero cuando surge una situación real, sólo el conocimiento real ayudará. Cuando no se presenta la situación, puedes seguir. Incluso en una conversación puede surgir la situación real. El otro puede contradecirte tanto que te llegues a enfadar, y entonces te olvidarás.

El conocimiento real significa lo que te ha sucedido. No has oído acerca de ello, no has leído acerca de ello, no has recogido información acerca de ello; es tu propia experiencia. Y entonces no hay duda, porque después de eso no puedes ir contra ello. No es que tengas que hacer un esfuerzo para no ir contra ello; simplemente no puedes ir contra ello.

¿Cómo voy a poder? Cuando sé que esto es una pared y quiero salir de esta habitación, ¿cómo voy a intentar pasar por la pared? Sé que esto es una pared, así que buscaré la puerta. Sólo un ciego intentará salir atravesando la pared. Tengo ojos, veo que es una pared y que es una puerta. Pero si intento entrar en la pared y te digo: «Sé muy bien dónde está la puerta, y sé que esto es una pared, pero a pesar de ello, ¿cómo puedo dejar de intentar entrar en esta pared?», entonces eso significa que a mí esa puerta me parece falsa. Otros me han dicho que esa es la puerta, pero, por mi parte, sé que esa puerta es falsa. Y otros me han dicho que eso es una pared, pero, hasta donde yo percibo, veo la puerta aquí, en esta pared, y por eso lo intento.

En esta situación, tienes que hacer una distinción precisa entre lo que sabes y lo que has acumulado como conocimiento.

No te fíes de la información. De la mejor de las fuentes -incluso si la recoges de la mejor de las fuentes-, la información es información. Incluso si te lo dice un buda, no es tuyo propio, y no te va a ayudar en modo alguno. Pero puedes seguir pensando que es tu conocimiento, y este malentendido consumirá tu energía, tu tiempo y tu vida.

Lo básico no es preguntar qué hacer para que no se cree sufrimiento. Lo básico es saber que tú eres el creador de tu sufrimiento. La próxima vez, cuando se presente una situación real y estés sufriendo, recuerda averiguar si tú eres la causa. Y si puedes percatarte de que tú eres la causa, el sufrimiento desaparece, y no volverá a presentarse el mismo sufrimiento; imposible.

Pero no te engañes a ti mismo. Puedes hacerlo; por eso lo digo. Cuando estás sufriendo, puedes decir: «Sí, sé que yo he creado este sufrimiento», pero en el fondo sabes que lo ha creado otra persona. Lo ha creado tu mujer, lo ha creado tu marido, lo ha creado alguna otra persona, y esto es simplemente un consuelo porque no puedes hacer nada. Te consuelas a ti mismo: «Nadie lo ha creado, lo he creado yo mismo, y con el tiempo dejaré de hacerlo».

Pero el conocimiento es una transformación instantánea; no hay ningún «con el tiempo». Si comprendes que lo has creado tú, cesará inmediatamente. No volverá a surgir. Si vuelve, eso significa que el conocimiento no ha sido profundo. De modo que no hay necesidad de averiguar qué hacer, y cómo dejar de crearlo. Lo único necesario es ir al fondo y descubrir quién es realmente la causa de ello.

Si otros son la causa, entonces no se le puede poner fin, porque no puedes cambiar el mundo entero. Sólo si tú eres la causa se le puede poner fin. Por eso insisto en que sólo la religión puede conducir a la humanidad a la cesación del sufrimiento. Ninguna otra cosa puede hacerlo, porque todos los demás creen que el sufrimiento lo causan los demás; sólo la religión dice que el sufrimiento lo causas tú. De manera que la religión te hace el dueño de tu destino. Tú eres la causa de tu sufrimiento; por lo tanto, *tú* puedes ser la causa de tu dicha.